

Zimná polievka

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 30 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Bataty (olúpaných a nakrájaných na kocky), tekvica (olúpaná, bez jadier a nakrájaná na kocky). Na prípravu polievky rozložíme na plech bataty s tekvicou. Pokvapkáme medom a 1 PL oleja. Vložíme do predhriatej rúry a pečieme. Elektrická rúra: 220 °C, teplovzdušná rúra: 200 °C, plynová rúra: 220 °C. Doba pečenia: asi 45 Minút. Vo väčšom hrnci na oleji osmažíme cibuľu (nahrobo nakrájané) domäkka. Pridáme cesnak (pretlačený 3 strúčiky), vývar (bujón a voda), škoricu a muškátový oriešok mletý a asi 5 minút povaríme. Pečené bataty s tekvicou vložíme do hrnca a pomocou ponorného mixéra rozmixujeme dohladka. Pridáme smotanu, dochutíme soľou a čiernym korením a krátko povaríme.

Ingrediencie

- **BABIČKA Smotana kyslá 14% 200 g** - 100 g
- **Cibuľa voľná** - 80 g
- **Tekvica Hokkaido** - 300 g
- **Muškatový orech celý** - 0.1 g
- **Olivový olej** - 20 g
- **Med včelí kvetový** - 10 g
- **Pitná voda nesýtená** - 1000 g
- **Mleté čierne korenie** - 4 g
- **Sladké zemiaky** - 500 g
- **Škorica mletá** - 4 g
- **Zeleninový bujón** - 10 g
- **Jedlá soľ** - 5 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

