

Kalerábová polievka s bylinkovým pestom

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 30 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Cibuľu olúpeme, prepolíme a nakrájame na malé kocky. 400 g kalerábu očistíme, olúpeme a nakrájame na asi 1 cm veľké kocky. 20 g masla rozpustíme v hrnci a necháme v ňom zosklovatieť cibuľu. Pridáme kocky kalerábu a dusíme 2 - 3 minúty, okoreníme bylinkovým korením a pridáme štipku cukru. Zalejeme 300 ml vývarom (voda + bujón) a privedieme do varu. Pridáme 500 ml odtučneného mlieka a necháme asi 20 minút variť. Potom pridáme 200 ml smotany a krátko povaríme. Kalerábovú polievku rozmixujeme tyčovým mixérom. Na dochutenie použijeme Podravku. Kalerábovú polievku plníme do hlbokých tanierov, pokvapkáme Bylinkovým pestom (3 lístky bazalky, 3 vetvičky čerstvého koriandra, pol zväzku zeleného petržľenu, 100 ml oleja, 1 cesnak, 1 g soľ, 5 g orechov rozmixujeme tyčovým mixérom, najskôr dáme len štvrtinu oleja. Postupne olej prilievame, aby pesto malo krémovú konzistenciu. Strúhaný syr - 40 g - pridáme až nakoniec) a posypeme dvoma lyžicami orestovaných slnečnicových semienok.

Ingrediencie

- **Dr. Halíř trvanlivé mlieko polotučné 1 l** - 500 g
- **Cibuľa voľná** - 40 g
- **Cesnak** - 1 g
- **Kaleráb** - 400 g
- **Bazalka čerstvá** - 2 g
- **Olivový olej** - 140 g
- **Parmezán** - 40 g
- **Pitná voda nesýtená** - 300 g
- **Cukor kryštál** - 3 g
- **Slnečnicové semienka pruhovaná pražená nelúpaná solená** - 20 g
- **Lieskové orechy** - 5 g
- **Smotana na šľahanie** - 200 g
- **Maslo** - 20 g
- **Petržlenová vňať** - 2 g
- **Zeleninový bujón** - 10 g
- **Koriander čerstvý** - 1 g
- **Jedlá soľ** - 3 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

