

Mrkvovo-jablčná polievka s medom

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 35 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Mrkvu oškrabeme a nakrájame na 0,5 cm plátky. Kyslejšie jablko olúpeme, rozštvrtíme a odstránime jadrovníky. Potom pokrájame na malé kúsky. Zázvor olúpeme a nakrájame. V hrnci ohrejeme lyžicu oleja a na ňom podusíme mrkvu, jablko a zázvor. Pridáme vodu a povaríme domäkka. Potom pridáme mlieko. Trochu mlieka si necháme, rozmiešame s múkou a polievku zahustíme a povaríme. Primiešame bujón, povaríme a pridáme med a víno. Chlieb orestujeme na panvici s olejom a ochutíme soľou a čiernym korením.

Ingrediencie

- Bezlepková múka Nomix 500 g - 15 g
- Dr. Halíř trvanlivé mlieko polotučné 1 l - 1000 g
- Bezgluténové chleby - svetlý 360 g - 50 g
- Mrkva - 200 g
- Zázvor čerstvý - 50 g
- Jablká červená - 40 g
- Olivový olej - 30 g
- Med včelí kvetový - 10 g
- Pitná voda nesýtená - 500 g
- Mleté čierne korenie - 3 g
- Zeleninový bujón - 20 g
- Chardonnay neskorý zber víno polosuché biele - 100 g
- Jedlá soľ - 3 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

