

Pohánková polievka

Počet porcií: 6

Čas prípravy: 30 minút

Bez lepku

Postup prípravy

V hrnci speníme maslo (1 PL). Pridáme cibuľu, cesnak (2 strúčiky), soľ a koreňovú zeleninu (3 mrkvy, petržlen). Orestujeme po dobu asi 5 minút za občasného miešania. Vlejeme vývar, pridáme zemiaky na kocky a povaríme 10 minút. Pridáme odmočenú pohánku (hrnček 3 dcl) a varíme ďalších 10 minút. Na tanieri ozdobíme lístkom petržlenu.

Ingrediencie

- **Zemiaky** - 80 g
- **Mrkva** - 120 g
- **Cibuľa voľná** - 40 g
- **Cesnak** - 4 g
- **Petržlen** - 50 g
- **Pitná voda nesýtená** - 2000 g
- **Petržlenová vňať** - 5 g
- **Zeleninový bujón** - 22 g
- **BABIČKA Maslo 250 g** - 15 g
- **Solčanka s morskou soľou 200 g** - 10 g
- **Pohánka celá lúpaná 500 g** - 150 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

