

Tradičná rybacia polievka

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 1 hodina

Bez lepku

Postup prípravy

Cibuľu a zeleninu (2 ks mrkva, 1 ks petržlen, 1/4 ks zeler, 4 cm pór, 2 strúčiky cesnak, 1/4 ks čerstvá paprika) pokrájame na kocky. V hrnci ohrejeme olej (1 PL) a pridáme maslo (1 PL). Keď je maslo rozpustené, pridáme cibuľu, ktorú opražíme do sklovita. Prepraženú cibuľku okoreníme červenou sladkou paprikou (1 PL), vzápätí zalejeme vývarom z rýb. Tajomstvo vývaru je v chuti rýb. Vývar pripravíme jednoducho a rýchlo: do vody vložíme polovicu z rýb a povaríme 15 minút. Uvarené ryby z vývaru vyberieme a odložíme nabok. Postupne do vývaru popridávame zeleninu. Keď je zelenina pred dovarením, pridáme na kúsky pokrájané filety z druhej polovice rýb a povaríme maximálne 10 minút. Na koniec pridáme rybky z vývaru. Podľa potreby dochutíme soľou a čiernym korením. Pred podávaním nezabudneme dochutiť polievku najemno posekanou petržlenovou vňaťou.

Ingrediencie

- **Mrkva** - 120 g
- **Cibuľa voľná** - 40 g
- **Paprika červená** - 50 g
- **Pór** - 60 g
- **Cesnak** - 3 g
- **Petržlen** - 60 g
- **Zeler** - 100 g
- **Pitná voda nesýtená** - 1000 g
- **Treska chvostovú časť** - 400 g
- **Olej slnečnicový** - 15 g
- **Mleté čierne korenie** - 2 g
- **Petržlenová vňať** - 4 g
- **Paprika sladká mletá** - 10 g
- **BABIČKA Maslo 250 g** - 15 g
- **Jedlá soľ** - 4 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

