

Rybia polievka so zeleninou

Počet porcií: 6

Čas prípravy: 30 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Rybu vykostíme, pokrájame na menšie kúsky, mierne osolíme a odložíme postáť. Hlavu, kosti a chrbát dáme variť do vody (1,25 l). Keď začne vriieť, pridáme očistenú zeleninu a uvaríme domäkka. Potom vývar precedíme, pridáme rybie mäso a varíme. Keď je mäso mäkké, polievku zahustíme zápražkou z masla a múky. Podľa chuti osolíme a okoreníme. Pridáme pokrájanú zeleninu a smotanu, rozhabarkovanú so žĺtkom. Pred servírovaním ozdobíme posekanou vňaťou.

Ingrediencie

- **KRUPICA bezgluténová 500 g** - 20 g
- **Bezlepková múka Nomix 1 kg** - 20 g
- **Mrkva** - 60 g
- **Cibuľa voľná** - 120 g
- **Petržlen** - 30 g
- **Zeler** - 30 g
- **Kapor polka s kožou čerstvá chladená** - 600 g
- **Mleté čierne korenie** - 2 g
- **Petržlenová vňať** - 6 g
- **Žítok** - 28 g
- **BABIČKA Maslo 250 g** - 30 g
- **Jedlá soľ** - 3 g
- **RAJO Laktofree smotana na šľahanie 30% 200 ml** - 250 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

