

Zelňačka s cizrnou II.

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Kysané zelí 500 g
- Cizrna 120 g
- Mrkev 1 ks
- Cibule 1 ks
- Voda 1 l
- Slunečnicový olej 50 g
- Hladká pšeničná mouka 30 g
- Česnek 2 stroužek
- Kmín 1 lžička
- Černý mletý pepř, sůl - dle chuti 2 špetka

Doba přípravy: 40 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Přes noc namočenou cizrnu uvařte v osolené vodě doměkka. Najemno nakrájenou oloupanou cibuli orestujte v hrnci na rozpáleném oleji, zaprašte moukou, krátce opečte, zalijte 1 l studené vody, promíchejte a za občasného míchání přiveďte k varu.

Proprané a odkapané zelí nakrájejte a přihodte ho do hrnce. Přidejte kmín, pepř a prolisovaný česnek a zvolna vařte doměkka.

Nakonec přidejte na plátky nakrájenou mrkev a vše uvařte doměkka. Do polévky dejte ještě uvařenou cizrnu, krátce převařte a osolte.