

Polévka z červené čočky s křupavým zázvorem

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: Monyszek



Suroviny

Porce: 4

- Olivový olej 1 lžíce
- Cibule, nakrájená na kostičky 1 ks
- Česnek, rozmělněný 4 stroužek
- Nastrouhaný čerstvý zázvor 3 lžíce
- Mletý kmín 1 lžička
- Kari 2 lžička
- Rajčata, pokrájená na kostičky 2 ks
- Červená čočka 250 g
- Vývar 1 l
- Sušený bobkový list 1 ks
- Arašídový olej 2 lžička
- Čerstvý zázvor, 12 cm, oloupaný, nakrájený, na tenké a dlouhé nudličky 1 ks
- Bílý jogurt k podávání 125 ml

Doba přípravy: 40 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Vaření

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Ve velkém, nejlépe litinovém hrnci rozpalte olivový olej, vsypte cibuli, česnek, zázvor, kmín a kari a opékejte asi 10 minut, vařečkou ze dna a boků odškrabujte přípečky. Snižte plamen a do hrnce přidejte rajčata a opékejte dalších 5 minut. Přidejte čočku, vlijte vývar a rovněž 1 litr vody, přidejte bobkový list a přiveďte k varu. Vařte asi 20-30 minut nebo dokud čočka nezměkne. Podle chuti osolte a opepřete a nechte polévku asi 10 minut stát. Mezitím udělejte křupavý zázvor. Rozpalte arašídový olej a postupně na něm opečte nudličky zázvoru dokřupava. Opékejte je po částech, aby se na pánvi nepřekrývaly a pak nechte vždy okapat na ubrousku. Z polévky vyjměte bobkový list a rozmixujte ji. Zahřejte ji a poté rozdělte do talířů nebo misek. Ozdobte jogurtem a navrch dejte opečený zázvor.