

Dýňová polévka s červenou čočkou a ořechy

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Máslo 100 g
- Dýňová dužina 300 g
- Červená čočka 1 hrst
- Sůl - dle chuti 3 špetka
- Trochu kari 0.5 špetka
- Dýňová semínka 1 hrst
- Vlašské ořechy 1 hrst

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Máslo rozpusťte v hrnci, poprašte kari a lehce zasmahněte. Vsypťe dýni, nakrájenou na kousky. Krátce osmahněte, zalijte asi litrem vody, přidejte čočku, lehce osolte a vařte asi dvacet minut na mírném plameni, až budou čočka i dýně měkké. Občas promíchejte a dýni během vaření vařečkou podrťte, aby byla polévka hladká; jestli chcete, rozmixujte ji ponorným mixérem. Podávejte zakápnuté olejem a posypané praženými semínky, případně ořechy.