

Polévka z červené čočky

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Panenský olivový olej 3 lžíce
- Velká cibule, nakrájená nadrobno 1 ks
- Červená čočka 200 g
- Zeleninový vývar 1 l
- Mletý koriandr 1 špetka
- **Na ozdobu a dochucení**
- Nasekané lístky čerstvého koriandru 1 hrst
- Sůl - dle chuti 3 špetka

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

1. Na oleji v hrnci osmahněte cibulku a mletý koriandr. Vsypete propláchnutou čočku a zalijte ji vodou nebo vývarem.
2. Uvedte do varu, pak plamen stáhněte a vše asi čtvrthodinku povařte. Čočka se varem částečně rozpadne a polévku přirozeně zahustí. Jakmile je čočka měkká, už polévku jenom dochuťte, ozdobte zelenými lístky i proužky citronové kůry, případně trochou šťávy.