

Cuketová chlazená polévka s mátou

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Cuketa, nakrájená na kostičky 1 kg
- Olivový olej 2 lžíce
- Cibule, nakrájená na kostičky 1 ks
- Mátový čaj - sáček 1 ks
- Zeleninový vývar 1.3 l
- Čerstvá máta - lístky 4 ks
- Sladká smetana 4 lžíce
- Sůl na dochucení 3 špetka
- Pepř na dochucení 2 špetka

Doba přípravy: 50 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Chlazení, mražení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

1. Ve velkém hrnci rozpalte olej, přidejte cibuli, zakryjte pokličkou a na mírném ohni ji asi 2 minuty duste, až změkne. Přidejte cukety a sušenou mátu vysypanou ze sáčku, dobře promíchejte, znovu zakryjte a na mírném ohni duste asi 6 minut, až jsou cukety měkké.

2. Přilijte vývar, přiveďte k varu, pak oheň zmírněte a vývar pomalu vařte. Přisypejte lístky čerstvé máty, pak pod pokličkou vařte na mírném ohni zhruba 5 minut. Stáhněte z ohně a po vychladnutí rozmixujte. Voňavou polévku můžete podávat při pokojové teplotě či úplně vychlazenou (čtyři hodiny nebo i přes noc).

3. Před podáváním ještě ochuťte pepřem a solí. Podávejte ozdobenou lžící smetany, s čerstvým celozrnným pečivem.