

Čočková polévka s křupavým pastinákem

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Slunečnicový olej 2 lžíce
- Cibule, nasekaná 2 ks
- Loupaná červená čočka 200 g
- Kari koření 2 lžička
- Sekaná rajčata 400 g
- Horký zeleninový vývar 850 ml
- Pastinák 2 ks
- Sůl dle chuti 4 špetka
- Pepř dle chuti 3 špetka

Doba přípravy: 25 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Rozpalte troubu na 200 °C, horkovzdušnou na 180 °C. V hrnci nebo větším rendlíku zahřejte lžíci oleje, vsypte nasekanou cibuli a opečte ji, aby se mírně zabarvila, zabere to asi dvě minuty. Vmíchejte čočku a kari koření, vlijte rajčata i horký zeleninový vývar. Přiveďte k varu, zakryjte poklicí a deset až dvanáct minut duste.

Mezitím očistěte pastináky a nakrájejte je na dlouhé tenké plátky – dobře to půjde například škrabkou na brambory nebo plátkovačem na struhadle. Na plechu či v pekáčku vyloženém pečicím papírem je smíchejte se lžičkou oleje. Pečte v rozpálené troubě dokřupava, zhruba deset minut.

Zhoustlou polévku ochutnejte, případně osolte a opepřete, a rozdělte do čtyř misek. Navrch položte dokřupava upečené plátky pastináku. Máte-li chuť, jezte s chlebovými plackami.