

Polévka z červené čočky a mrkve

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: wencek



Suroviny

Porce: 4

- citrónová kůra 0.5 ks
- citrónová šťáva 40 ml
- červená čočka 200 g
- mletý koriandr 1 lžička
- máslo 1 lžíce
- mrkev 2 ks
- olivový olej 2 lžíce
- sůl 1 špetka
- pepř 1 špetka
- zeleninový vývar 1 l

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Mrkev si oloupeme a nakrájíme na kostičky. Čočku si řádně propláchneme. Do hrnce kápneme trochu olivového oleje a hodíme oříšek másla. Mrkev trochu orestujeme a pak přidáme čočku, kterou také trochu orestujeme. Vše zalijeme zeleninovým vývarem a vaříme do měkka. Nakonec přidáme koriandr, citrónovou kůru, citrónovou šťávu a polévku rozmixujeme.