

Mangoldová polévka

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: wencek



Suroviny

Porce: 4

- spařených listů mangoldu 300 g
- česnek 6 stroužek
- cibule 1 ks
- vejce 1 ks
- sušené sojové mléko 4 lžíce
- muškátový oříšek 1 špetka
- sůl 1 špetka
- pepř 1 špetka
- olivový olej 4 lžíce

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Na oleji v hrnci zesklivatíme nakrájenou cibuli, přidáme prolisovaný česnek. Zalijeme 1 litrem vody a přidáme pokrájené listy mangoldu. 10 minut vaříme. V hrnku rozmícháme mléko s vodou a vlijeme do hrnce. Mícháme. Okořeníme. Na konec rozmícháme v polévce celé vejce a povaříme. Polévku rozmixujeme.

Prima tip: Do polévky můžeme na závěr přidat nastrouhaný sýr. Polévka se pak rázem stane vydatnější a chutnější.

Poznámka:

Pozor! Některé sýry bývají sami o sobě dost slané, polévku proto solíme s rozmyslem.