

Špenátová polévka 1

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Máslo 50 g
- Cibule, najemno nasekaná 1 ks
- Česnek, prolisovaný 4 stroužek
- Brambory, oloupané a nakrájený na kostičky 1 ks
- Drůbeží vývar 450 ml
- Mléko 600 ml
- Čerstvý špenát, nahrubo nasekaný 450 g
- Kůra z půlky citronu 1 ks
- 33% smetana 3 lžíce
- Sůl, pepř - dle chuti 2 špetka
- Muškátový oříšek 1 špetka

Doba přípravy: 50 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

1. Máslo rozpustíte ve velké pánvi, přidejte cibuli a česnek a pomalu je pět minut až šest minut smažte doměkka. Přidejte brambor a smažte ještě jednu minutu. přilijte vývar a osm až deset minut ohřívejte, dokud se polévka nezačne vařit. Pak přilijte mléko a vše opět přiveďte k varu.

2. Přidejte polovinu špenátu spolu s citronovou kůrou a vařte patnáct minut, aby se špenát úplně rozpadl. Nechte vychladnou a pak polévku rozmixujte se zbylým špenátem dohladka. Vraťte do

hrnce, ohřejte, osolte a dokořeňte. Když bude polévka moc hustá, přidejte ještě trochu vývaru. V miskách můžete dochutit lžící smetany nebo v ní můžete „utopit“ pošírovaná vejce.