

# Ostřejší zeleninová polévka

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: Bmilinka1991



## Suroviny

**Porce:** 4

- Slunečnicový olej 1 lžíce
- Velká cibule, nasekaná najemno 1 ks
- Najemno nastrohaný zázvor 1 lžička
- Česnek, utřený nožem 1 stroužek
- Mletý kmín 1.2 lžička
- Pálivá paprika 1.2 lžička
- Zeleninový vývar 850 ml
- Velké mrkve, oloupané, nakrájené na kolečka 2 ks
- Plechovka cizrny, okapaná, osušená 400 g
- Zelené fazolky 100 g
- Sůl - dle chuti 1 špetka

**Doba přípravy:** 30 min

**Obtížnost:** Snadné

**Způsob přípravy:** Vaření

**Země:** Česká republika

**Počet porcí:** 4

## Postup:

Olej rozpalte v hrnci, po chvíli přidejte cibuli, zázvor a česnek. Opékejte dvě minuty, pak vsypte kmín a papriku a po další minutě vlijte vývar a přidejte mrkev. Přiveďte k varu a vařte 10 minut. Poté do polévky vsypte i cizrnu a krátce prohřejte. Tyčovitým mixérem polévku rozmixujte tak, aby část cizrny a mrkve zůstala vcelku. Nakonec přidejte fazolky a tři minuty vařte. Podle chuti osolte a ihned podávejte.