

Špenátová polévka I.

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Drůbeží vývar 9 dl
- Špenátové listy 400 g
- Smetana na vaření 1.2 dl
- Cibule 1 ks
- Hladká mouka 2 lžíce
- Máslo 1 lžíce
- Mletý pepř, sůl - dle chuti 1 špetka
- Hustá smetana na ozdobení 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Špenát omyjeme, necháme odkapat a otrháme z něj tuhé stvoly. Listy vhodíme do vroucí vody, povaříme je 3 minuty, scedíme a necháme odkapat. Oloupanou, najemno nakrájenou cibuli orestujeme na másle. Zaprášíme ji moukou, promícháme, zalijeme polovinou studeného vývaru a povaříme 8 minut. Pak přilijeme zbylý vývar, přidáme spařený špenát a vaříme na mírném ohni 6 minut. Polévku dochutíme solí a pepřem, vyšleháme do ni smetanu a rozmixujeme ji tyčovitým mixérem. Necháme ji krátce prohřát, pak ji rozdělíme na talíře nebo do misek a každou porci ozdobíme tenkým pramínkem smetany.