

Mrkvová polévka se zázvorem I.

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Mrkev 500 g
- Zeleninový vývar 1 l
- Brambora 1 ks
- Cibule 1 ks
- Česnek 2 stroužek
- Zázvorový kořen (2cm) 1 ks
- Chilli koření 1 špetka
- Citron 1 ks
- Olivový olej 1 ks
- Kořenící směs garam masala 1 lžička
- Sůl, pepř - dle chuti 2 špetka
- Zelená petrželková nebo koriandrová nať 1 hrst

Doba přípravy: 50 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

1. Mrkev, cibuli a bramboru oloupejte a nakrájejte na kostičky. Oloupaný česnek nakrájejte na plátky. Do vroucího vývaru vhodte pokrájenou zeleninu a trochu osolte. Přiklopte poklicí při mírné teplotě vařte asi 20 minut. Zázvor oloupejte a nastrouhejte, z citronu vymačkejte šťávu.

2. Na pánev nalijte 2 lžíce olivového oleje, až se rozežřeje, přidejte zázvor, chilli, koření a necelou

minutu opékejte. Přidejte citronovou šťávu a 5 minut povařte. Vlejte ještě lžící oleje a míchejte do zhoustnutí.

3. Směs vlejte do polévky, když je zelenina měkká, a vše rozmixujte na hladké pyré. Podle potřeby dochuťte solí, pepřem a porce ozdobte zelenou natí.