

Zapečená zeleninová polévka s cibulovými toasty

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Zeleninový vývar 9 dl
- Karotky 2 ks
- Brokolice 1.2 ks
- Květák 1.4 ks
- Šalotky 120 g
- Sterilované bílé fazole 80 g
- Růžičková kapusta 80 g
- Olivový olej 3 lžíce
- Česnek 2 stroužek
- Instantní jíška 1 lžíce
- Limetková kůra 1.2 lžička
- Sůl, pepř - dle chuti 2 špetka
- Šalvěj 1 špetka
- Zelená petrželka 1 lžíce
- **Toasty**
- Krajíce cibulového chleba 4 ks
- Ovčí sýr 80 g
- Olivový olej 2 lžíce

Doba přípravy: 50 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Karotky nakrájíme na kolečka a oloupané šalotky podélně překrojíme. Zeleninu zprudka orestujeme na rozpáleném olivovém oleji, přidáme na plátky nakrájený česnek a zalijeme vývarem. Vaříme 8 minut, pak přidáme propláchnuté fazole a vaříme společně 5 minut. Do základu vložíme na polovinu rozkrájenou kapustu, na malé růžičky rozebranou brokolici a květák. Vaříme dalších 5 minut, potom zahustíme jíškou a ještě 2 minuty převaříme. Polévku dochutíme nastrouhanou limetkovou kůrou, solí, pepřem a šalvějí. Krajíce chleba opečeme po obou stranách v oleji. Polévku přendáme do teriny. Navrch položíme osmažené chleby, které posypeme nastrouhaným sýrem a zapečeme pod grilem nebo v troubě. Když se sýr rozpustí, posypeme polévku nasekanou petrželkou a podáváme.