

Špenátová polévka

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: andrea



Suroviny

Porce: 4

- Máslo 50 g
- Cibule - nasekaná nadrobno 1 ks
- Česnek - prolisovaný 4 stroužek
- Brambora - nakrájená na kostičky 1 ks
- Drůbeží vývar 450 ml
- Mléko 600 ml
- Špenát - čerstvý, nasekaný nahrubo 450 g
- Citronová kůra 1 lžička
- Smetana na šlehání 3 lžíce
- Sůl 1 špetka
- Pepř černý mletý 1 špetka
- Muškátový oříšek 1 špetka

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Určen pro: Vegetariáni

Způsob přípravy: Vaření

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Máslo rozpustíte ve velké pánvi, přidejte cibuli a česnek a pomalu je pět 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.

Přidejte polovinu špenátu spolu s citronovou kůrou a vařte patnáct minut, aby se špenát úplně rozpadl. Nechte vychladnout 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.