

Hrachová polévka

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 45 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Hrách propláchneme, zalijeme vodou a necháme máčet. Nabobtnalý hrách uvaříme doměkka a prolisujeme. Z oleje a mouky připravíme záasmažku, kterou zalijeme vlažnou vodou, uvedeme do varu, přidáme pepř, majoránku a zvolna vaříme za občasného míchání 10 minut. Poté přidáme hrách a opět zvolna vaříme asi 10 minut. Ke konci varu přidáme česnek utřený se solí, krátce povaříme, nakonec dochutíme polévkovým kořením a důkladně provaříme. Podáváme zdobené petrželkou.

Ingredience

- Česnek - 5 g
- Jedlá sůl - 8 g
- Petrželová nať - 4 g
- Hrách zelený 500 g - 80 g
- Polévkové bylinky - 5 g
- Pitná voda nesycená - 750 g
- Majoránka 7 g - 4 g
- Pepř černý mletý 20 g - 2 g
- Mouka cizrnová výběrová 400 g - 40 g
- Olej řepkový - 27 g

