

# Mrkvovo-jablečná polévka s medem

**Počet porcí:** 4

**Doba přípravy:** 35 minut

**Bez lepku**

## Postup přípravy

Mrkev oškrábeme a nakrájíme na 0,5 cm plátky. Kyselejší jablko oloupeme, rozčtvrtíme a odstraníme jadřince. Poté rozkrájíme na malé kousky. Zázvor oloupeme a nakrájíme. V hrnci ohřejeme lžící oleje a na něm podusíme mrkev, jablko a zázvor. Přidáme vodu, povaříme doměkka a pak přidáme mléko. Přimícháme podravku, povaříme a přidáme med a víno. Chleba orestujeme na pánvi s olejem a okořeníme solí a pepřem.

## Ingredience

- **Mrkev** - 200 g
- **Jedlá sůl** - 2 g
- **Zázvor čerstvý** - 50 g
- **Olivový olej** - 30 g
- **Chardonnay pozdní sběr víno polosuché bílé 0,75 l** - 100 g
- **Jihočeské mléko lahodné polotučné 1,5% 1 l** - 1000 g
- **Pitná voda nesycená** - 500 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 4 g
- **Jíška světlá bez lepku 250 g** - 15 g
- **Podravka natur přísada do jídel 150 g** - 7 g
- **Semínkový chléb bílý trvanlivý bez lepku KB 280 g** - 50 g
- **Včelí med smíšený luční 250 g** - 10 g
- **Jablka červená** - 40 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

**CELIATICA.CZ**

VÁŠ SEZNAM ONLINE

