

Zimní polévka

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 30 minut

Postup přípravy

Batáty oloupeme a nakrájíme na kostky, dýni oloupeme, vydlabeme jádra a makrájíme na kostky). Na přípravu polévky rozložíme na plech batáty s dýní. Pokapeme medem a 1 PL oleje. Vložíme do předehřáté trouby a pečeme. Elektrická trouba: 220°C, horkovzdušná trouba: 200°C, plynová trouba: 220°C. Doba pečení: O nás 45 Minuty. Ve větším hrnci na oleji osmažíme cibuli doměkka. Přidáme 3 prolisovaný česneky, vývar, skořici a muškátový ořech mletý a asi 5 minut povaříme. Pečené batáty s dýní vložíme do hrnce a pomocí ponorného mixéru rozmixujeme dohladka. Přidáme smetanu, dochutíme solí a pepřem a krátce povaříme.

Ingredience

- **Cibule volná** - 80 g
- **Česnek** - 3 g
- **Dýně Hokkaido** - 300 g
- **Jedlá sůl** - 4 g
- **Olivový olej** - 20 g
- **Jihočeská zakysaná smetana 18 %** **180 g** - 180 g
- **Pitná voda nesycená** - 1000 g
- **Pepř černý mletý** **20 g** - 3 g
- **Skořice mletá** **40 g** - 5 g
- **Batáty sladké** - 500 g
- **Med květový luční** **900 g** - 10 g
- **Bez lepku Zeleninový bujón** **56 g** - 10 g
- **Muškatový ořech celý** **9 g** - 0.1 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

