

Polévka z červené čočky a rajčat

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 30 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Nakrájenou cibuli osmažíme spolu s plátky česneku (3 stroužky) a nastrouhanou mrkví na rozpuštěném másle. Přidáme propláchnutou čočku, krátce promícháme, podlijeme částí vývaru a pozvolna vaříme. Jakmile nám čočka částečně změkne, přidáme překrájená rajčata a špetku kurkumy. Dolijeme zbývajícím vývarem a vaříme do změknutí čočky. Polévku dochutíme kořením Podravka přísada Natur. Hotovou polévku ozdobíme nasekanou petrželkou a podáváme.

Ingredience

- **Cibule volná** - 80 g
- **Mrkev** - 150 g
- **Rajčata** - 300 g
- **Česnek** - 3 g
- **Petrželová nať** - 4 g
- **Pitná voda nesycená** - 1000 g
- **Kurkuma mletá 30 g** - 5 g
- **Podravka natur přísada do jídel 150 g** - 10 g
- **Bez lepku Zeleninový bujón 56 g** - 10 g
- **Krajanka máslo 250 g** - 50 g
- **Lagris čočka červená půlená 500 g** - 150 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

