

Lahodná Minestrone s rýží

Počet porcí: 2

Doba přípravy: 30 minut

Bez lepku

Postup přípravy

V hrnci rozpálíme olivový olej a osmahneme na něm cibuli a mrkev pokrájenou na kolečka. Po 10 minutách přidáme tenké plátky česneku. Přidáme spařená a oloupaná rajčata, plechovku drcených rajčat a bílé fazole (nebo použijeme naložené), které jsme si den dopředu namočili. Směs podlijeme vodou a vaříme zhruba dalších 10 minut. Mezitím dvakrát propláchneme Slim Pasta rýži pod studenou vodou, ohřejeme a naservírujeme spolu s polévkou. Na závěr přidáme sůl, pepř a kapku olivového oleje. Pokud máme rádi hustší konzistenci polévek, odebereme zhruba $\frac{1}{4}$ polévky a rozmixujeme ji tyčovým mixérem. Vzniklý krém vrátíme zpět k původní polévce, která se tak příjemně zahustí. Ozdobíme bazalkou.

Ingredience

- **Cibule volná** - 50 g
- **Mrkev** - 140 g
- **Rajčata** - 150 g
- **Česnek** - 2 g
- **Jedlá sůl** - 2 g
- **Bazalka čerstvá** - 4 g
- **Olivový olej** - 100 g
- **Pitná voda nesycená** - 400 g
- **Fazole v rajčatové omáčce** - 200 g
- **Pepř černý mletý 20 g** - 2 g
- **Podravka rajčata pasírovaná 500 g** - 390 g
- **Slim Pasta® Rýže 270 g** - 270 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

