

Mrkvovo-kôprová polievka



Čas prípravy: 30 minút

Druh jedla: Polievky

Mrkvovo – kôprová polievka je zaiste netradičným druhom polievky, a pre mnohých z vás môže pôsobiť nie moc atraktívne. Kombinácia mrkvy a kôpru je však naozaj vynikajúca, a preto vám odporúčame, aby ste ju vyskúšali. Sme si istí, že svoj názor zmeníte.

Suroviny:

2 ČL olivového oleja
1/2 strúčika drveného cesnaku
30 g nakrájanej cibule
130 g nakrájanej mrkvy
40 ml ovseného mlieka
180 ml zeleninového vývaru (voda + solčanka)
2 ČL pažítky alebo zelenej cibulky
1 ČL kôpru

Postup práce:

Cibuľu a cesnak opražíme na oleji. Pridáme mrkvu, ovsené mlieko a zalejeme zeleninovým vývarom. Polievku po uvarení rozmixujeme na krém pomocou elektrického mixéra. Polievku podávame posypanú kôprom a pažítkou.