

Recepty



Čočka na kyselo

Ingredience

čočka: **200 g**
cibule: **1 ks**
máslo: **1 PL**
hladká mouka: **1 PL**
bobkový list: **1 ks**
citronová šťáva nebo ocet
tymián
sůl
pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

Čočku přebereme, propláchneme a necháme ve studené vodě namočenou do dalšího dne. Vodu slijeme a vaříme v nové, aby čočka byla lépe stravitelná....

Čočka na kyselo - recept

Čočku přebereme, propláchneme a necháme ve studené vodě namočenou do dalšího dne. Vodu slijeme a vaříme v nové, aby čočka byla **lépe stravitelná**. Čočku zalijeme vodou tak, aby byla tak akorát ponořená a vaříme pod pokličkou doměkka asi hodinu.

Na rozehřátém másle necháme zesklivatět nadrobno nakrájenou cibuli, zaprášíme moukou a vytvoříme zlatavou jíšku. Zalijeme vývarem z čočky, ve kterém jíšku rozmícháme a necháme provařit společně s bobkovým listem a špetkou tymiánu **asi 10 minut**. Vydáme bobkový list, přidáme čočku, dochutíme octem nebo citronem, osolíme a opepříme dle chuti a vaříme bez pokličky **dalších 10 minut**.

Čočka na kyselo se podává s uzeným masem nebo opečenou klobáskou, volským okem nebo pečivem, výborně se k ní hodí kyselá okurka.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí