



Tukožroutská polévka

Ingredience

plechovka loupaných rajčat: {0,5}

mrkev: **500 g**

zelí: **1** hlávky

zelená paprika: **1**

cibule: **3**

zeleninový vývar

sůl

pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Super zdravé, doporučujeme

Připravíme si zelí, otrháme z něho ovadlé listy, zbytek omyjeme a rozkrájíme na osminy. Ze všech kousků odstraníme košťál. Papriku očistíme a...

Tukožroutská polévka - recept

Připravíme si zelí, otrháme z něho ovadlé listy, zbytek omyjeme a rozkrájíme na osminy. Ze všech kousků odstraníme košťál. Papriku očistíme a společně se zelím ji nakrájíme na nudličky. Mrkev očistíme, ostrouháme a nakrájíme na proužky, očištěnou cibuli na kolečka. Všechnu takto připravenou zeleninu dáme do hrnce a zalijeme vodou. Všechna zelenina by měla být potopená.

Dáme vařit, jakmile voda začne bublat, zmírníme oheň a vaříme dál. Mezitím si rozmačkáme rajčata, pokud máme radši čerstvá, oloupeme je a nadrobno nakrájíme. Zeleninový vývar můžeme udělat domácí, ale klidně může být i z kostky. Přelijeme ho k zelenině a přidáme i rajčata i s nálevem.

Takto se **tukožroutská polévka** vaří ještě 20 minut, poté se jenom jemně dosolí, opepří a může se podávat.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí