



Zeleninová polévka pro děti

Ingredience

mrkev: **1 ks**
petržel: **1 ks**
malá cuketa: **1 ks**
menší brambory: **2 ks**
malá kedlubna: **1 ks**
růžičky květáku: **4 ks**
jarní cibulka: **2 ks**
zeleninový vývar: **600 ml**
kukuřičná mouka: **2 PL**
máslo: **1 PL**
olej: **1 PL**
sůl
pepř

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zdravé, neuděláte chybu

Očištěnou zeleninu nakrájíme na podobně velké kostičky, cibulku nadrobno, květák necháme rozdělený na menší růžičky. Z jarní cibulky můžeme použít pouze bílou část, zelenou část si můžeme nechat na ozdobení polévky. V hrnci na oleji necháme rozpustit máslo, orestujeme na něm cibulku, přidáme...

Zeleninová polévka pro děti - recept

Očištěnou zeleninu nakrájíme na **podobně velké kostičky**, cibulku nadrobno, květák necháme rozdělený na menší růžičky. Z jarní cibulky můžeme použít pouze bílou část, zelenou část si můžeme nechat na ozdobení polévky.

V hrnci na oleji necháme rozpustit máslo, orestujeme na něm cibulku, přidáme mrkev, petržel, brambory a kedlubnu a společně krátce orestujeme. Zaprášíme moukou, promícháme, zalijeme vývarem a **vaříme asi 5 minut**. Přidáme květák, cuketu a vaříme doměkka. Podle chuti dosolíme a dopepříme.

Zeleninová polévka pro děti se dá připravit i z další zeleniny podle sezony. Použít můžeme například brokolici, zelené fazolky, mladý hrášek, dýně, celer, kapusta atd.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí