



## Ingredience

- NIKAL Zeleninová krémová polévka
- NIKAL Přírodní olivový olej Extra
- 100 g čerstvých nasekaných bylinek
- 2 cibulky
- 1 lžíce másla
- 800 ml mléka, 1,5 % tuk
- 100 ml suchého bílého vína
- 400 g zeleného chřestu
- 1 celozrnnou bagetu

Všechny produkty NIKAL si objednejte v teple Vašeho domova na internetu nebo telefonicky.

NIKAL specialista na omáčky, polévky a koření  
Kotkova 710/3  
669 02 Znojmo

Bezplatný telefon 800 16 66 16  
Fax 515 291 055  
Online [www.nikal.cz](http://www.nikal.cz)  
E-Mail [nikal@nikal.cz](mailto:nikal@nikal.cz)

Všechny ostatní ingredience nakoupíte ve Vašem oblíbeném obchodě.

## Zeleninová jarní polévka se zeleným chřestem



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 25 minut.

### Příprava:

Troubu si předehřejeme na 200° C. Potom si nasekáme 100 g čerstvých jarních bylinek. 2 šalotky oloupeme a nakrájíme nadrobno. 1 lžíce másla si rozežhřejeme v hrnci a šalotky na ni osmahneme dozlatova.

Do hrnce dáme 800 ml mléka, 1,5 tuk a ohřejeme. Přidáme 80 g NIKAL Zeleninové krémové polévky a vše necháme vařit. Poté vmícháme 100 ml suchého bílého vína a polévku rozmixujeme mixérem.

400 g zeleného chřestu uřízneme na konci o 2cm a zbytek rozkrájíme na menší kousky. Kousky chřestu dáme vařit do osolené vroucí vody, po změknutí scedíme a přidáme do polévky.

Celozrnnou bagetku nakrájíme na kousky, pokapeme 2 lžícemi NIKAL Přírodním olivovým olejem Extra a opečeme v troubě dokřupava. Posypeme jarními bylinkami a servírujeme s křupavou bagetkou.

**Nutriční hodnoty na jednu porci:** 11,9 g tuk • 31,3 g sacharidy • 15,3 g bílkoviny  
7,8 g vlákniny • Energetická hodnota 310 kcal