



Ingredience

- NIKAL Univerzální koření
přípravek
- NIKAL Bylinné sypké koření
- NIKAL Omega 3 stolní olej
- 100 g másla pokojové teploty
- 5 žloutků
- čerstvě nastrohaný
muškátový oříšek
- 5 bílků
- sůl
- 100 g polohrubou mouku
- 1 lžičce jemně sekaného kerblíku
- 1 lžičce jemně nakrájené pažitky
- 1 lžička másla na vytření formy
- 1 mrkev
- ½ póruku
- 1 cibule

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
E-Mail nikal@nikal.cz

Všechny ostatní ingredience nakoupíte
ve Vašem oblíbeném obchodě.

Babiččin vývar s bylinkovým chlebíčkem



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 40 minut.

Postup:

Troubu předehřejeme na 180°C. 100g másla pokojové teploty a 5 žloutků
našleháme v misce do pěnové hmoty. Okořeníme **NIKAL Bylinkovým
sypkým kořením** a trochou nastrohaného muškátového oříšku.

5 bílků našleháme v misce a lehce osolíme. pomalu přidáváme střídavě 100g
polohrubé mouky a hmotu z másla a žloutků. Vše zpracujeme v hladké těsto.
Přidáme lžičci jemně nakrájeného kerblíku a lžičci jemně nakrájené pažitky.

Dortovou formu o průměru 24cm vyložíme pečícím papírem a okraj vyma-
žeme máslem. Těstem vyplníme formu a pečeme cca 20 minut do zlatova.
Necháme lehce vychladnou. Nakrájíme na malé kousky.

1 střední mrkev oškrábeme a nakrájíme na slabé proužky. Půlku póruku
nakrájíme na tenká kolečka. 1 cibuli oloupeme a nakrájíme na malé kostičky.
V hrnci zahřejeme lžičci **NIKAL Omega 3 oleje** a lehce osmažíme cibuli. Zalije-
me 1,5l vody a přidáme **NIKAL Univerzální polévkové koření**. Vše promíchá-
me a přivedeme k varu. Přidáme mrkev a pórek a vaříme 3-4 minuty.

Polévku nalijeme na talíř a zasypeme bylinkovým chlebíčkem.

Hodnoty na jednu porci: Tuk: 26,2 g • Cukry: 22,9 g
Bílkoviny: 9,8 g • Ballaststoffe: 3,1 g • Energetická hodnota: 371 kcal