



Ingredience

- NIKAL Pórková krémová polévka
- 1 svazek různých bylinek ze zahrádky (kopr, pažitka, kerblík, petržel)
- 100 g očištěného čerstvého, mladého špenátu,
- 50 g másla
- 100 ml bílého vína
- 1 červená řepa, oloupaná a vařená
- 80 g anglické slaniny
- 4 lžičce zakysané smetany
- 2 lžičky pažitky, jemně nasekané
- 700 ml vody

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.

Bylinková pórková krémová polévka se slaninou a červenou řepou



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 30 minut.

Příprava:

1 svazek bylinek (kopr, pažitka, kerblík, petržel) otrháme ze stonků a nasekáme na malé kousky. 100 g čerstvého mladého špenátu otrháme ze stopky a natrháme nebo nakrájíme na malé kousky.

Ve velkém hrnci rozpustíme 50 g másla a lehce podusíme nasekané bylinky a špenát. Zalijeme bílým vínem a přidáme 700 ml teplé vody. Přimícháme 60 g NIKAL Pórkové krémové polévky a vaříme asi 3 minuty. Vše rozmixujeme ručním mixérem.

Uvařenou červenou řepu a slaninu nakrájíme na jemné proužky a osmažíme na pánvi dokřupava. Polévku nalijte do talíře a do středu dejte lžičku zakysané smetany. Posypeme osmaženou řepou a slaninou, ozdobíme pažitkou a okamžitě podáváme.

TIP: Jako záloha pro vegetariánskou variantu, osmažte místo slaniny bílý chléb dozlatova.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 18,9 g tuk • 5,4 g sacharidy • 6 g bílkoviny • 2,6 g vlákniny • Energetická hodnota 233 kcal