



Ingredience

- NIKAL Univerzální polévka
- NIKAL 100% rostlinný tuk
- 1 cibule
- 1 malá mrkev
- 150g pórku
- 2 lžice másla
- 250ml jablečné šťávy
- 2 červená jablka
- 300ml smetany
- sůl
- čerstvě namletý pepř
- 1 svazek petrželky

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.

Pórkovo jablečná polévka s pečenou petrželkou



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 40 minut.

Příprava:

1 cibuli oloupeme a nakrájíme najemno. Očistíme 150g pórku, nakrájíme na proužky a omyjeme. Malou mrkev nakrájíme na kostičky.

V hrnci rozpustíme 2 lžice másla a přidáme zeleninu. Krátce podusíme, přidáme 250ml jablečné šťávy a 500ml vývaru z **NIKAL Univerzální polévky** a necháme vařit.

2 červená jablka rozdělím na čtvrtiny, očistíme od jádřinců a nakrájíme na malé kousky. Přidáme je do polévky a necháme pomalu vařit na nejnižším stupni asi 20 minut.

Poté vše rozmixujeme tyčovým mixérem a přidáme 300ml smetany. Přivedeme ještě jednou k varu, osolíme a opeříme.

Lístičky petrželky oddělíme od stonku. Na pánvi rozehejeme 100g **NIKAL 100% rostlinného tuku** a ofrtujeme v něm lístičky petrželky. Vyjmeme je z pánve a necháme okapat na ubrusku.

Polévku plníme do misek nebo hlubokých talířů, posypeme petrželkou a servírujeme.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 43,2 g tuk • 20,2 g sacharidy • 4,8 g bílkoviny • 4,4 g vlákniny • Energetická hodnota 481 kcal