



Ingredience

- NIKAL Rajská omáčka a polévka
- NIKAL Polévka a univerzální koření
- 1 lžíce sojové omáčky
- šťáva z jedné limetky
- 1 lžička sušených nasekaných chilli papriček
- 4 jarní cibulky
- 200 g žampionů
- 200 g čínského zelí
- 2 řapíkaté celery
- 2 menší mrkve
- 1 lžíce nasekaného koriandru

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.

Zeleninové kyselo s chilli



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 30 minut.

Příprava:

Ve větším hrnci přivedeme k varu 800 ml vody a přidáme lžici **NIKAL Univerzálního polévkového koření**. Krátce povaříme a přidáme sojovou omáčku a 1 lžici **NIKAL Rajské polévky a omáčky**. Promícháme a znovu krátce povaříme. Přidáme šťávu z limetky a nasekanou chilli papričku.

4 jarní cibulky očistíme a nakrájíme na kolečka. Žampiony nakrájíme na tenké plátky a čínské zelí na tenké proužky. Řapíkatý celer očistíme a mrkve oškrábeme. Obojí nakrájíme na tenké plátky. Mrkev a celer vložíme do polévky a vaříme asi 3 minuty.

Nakonec do polévky přidáme cibulku, žampiony a čínské zelí. Při nízké teplotě vaříme asi 5 minut.

Po odstavení z varu přidáme koriandr a polévku můžeme servírovat

TIP: Do polévky můžete přidat také orestovanou cibulku nebo česnek.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 2,9 g tuk • 9,0 g sacharidy • 5,0 g bílkoviny
7,2 g vlákniny • Energetická hodnota 83 kcal