



## Ingredience

- NIKAL Bylinné sypké koření
- NIKAL 100% rostlinný tuk
- NIKAL Omega 3 stolní olej
- NIKAL Univerzální polévkové koření
- 200 g pšeničné mouky
- 3 vejce
- 500 ml minerální vody
- 2 – 3 lžičky čerstvě nasekaných bylinek (co dům dá)
- 100 g šalotky
- 1 malý pórek
- 500 g mrkve
- 1 malá červená chili paprička
- 2 litry horké vody
- 2 lžičky rýžového octa
- 2 lžičky sladké mleté papriky
- 2 lžičky sojové omáčky

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 polévka s celestýnskými nudlemi



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 40 minut.

### Příprava:

Do mísy dáme 200 g mouky, 3 vejce, 500 ml minerálky a 1 lžičku **NIKAL Bylinného sypkého koření**. Metlou na sníh vymícháme těsto na palačinky. Do tekutého těsta přidáme nasekané bylinky (např. petrželku, bazalku a podobné) a jemně promícháme. Na pánvi rozežřejeme **NIKAL 100% rostlinný tuk**. Na pánev nalijeme naběračkou trochu těsta a po obou stranách osmažíte. Pak vyndáte z pánve zarolujete a nakrájíte na kolečka (proužky).

Na kousky akorát do úst nakrájíme šalotku, pórek a mrkev. Chili papričku nasekáme na malé kousky. Rozežřejeme 2 lžičky **NIKAL Omega 3 oleje** a krátce prudce orestujeme nakrájenou zeleninu.

Do hrnce s horkou vodou přidáme 3-4 lžičky **NIKAL Univerzálního polévkového koření**, provaříme a přidáme orestovanou zeleninu. Vaříme na mírném ohni asi 25 minut.

Ochutíme rýžovým octem, chilli papričkou a sojovou omáčkou. Servírujte do polévkových misek a přidejte nakrájené palačinkové nudle.

**TIP:** Bylinky (petržel, pažitka, kopr, bazalka atd.) zůstanou déle čerstvé, když je dáte do sáčku a do ledničky.

**Nutriční hodnoty na jednu porci:** tuk: 16 g • sacharidy: 49 g  
bílkoviny: 14 g • Energetická hodnota: 423 kcal