



Ingredience

- NIKAL Houbová krémová omáčka
- 700 ml nízkotučného mléka
- 300 ml bílého vína
- 300 g kyselého zelí
- 1 špetka cukru
- 2 krajíce chleba
- 1 lžíce másla
- 1 lžíce jemně nasekané zelené 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.

Houbové kyselo s opečeným chlebem



Recept pro 4 osoby.



Příprava trvá cca 20 minut.

Příprava:

Nalijte 700 ml mléka (1,5% tuku) do hrnce a dejte vařit. Poté přimíchejte 50 g **NIKAL Houbové krémové polévky** a nechte vařit.

Přecedte 300 g kyselého zelí a dobře propláchněte pod tekoucí vodou. Přidejte zelí do polévky a znovu nechte povařit. Následně polévku rozmixujte a dochuťte špetkou cukru.

Vezměte 2 krajíce chleba a nakrájejte je asi na 1 cm velké kostičky. Poté rozpustte na pánvi 1 polévkovou lžící másla, vložte do ní kostičky a opečte dozlatova.

Polévku servírujte do připravených talířů, přidejte opečené chlebové kostičky a pro dozdobení posypte petrželkou.

Tip: Pokud máte rádi polévky vydatné, můžete přidat i několik kousků opečeného jelita.

Nutriční hodnoty na jednu porci: 3,8 g tuk • 25,5 g sacharidy • 10,3 g bílkoviny
2,9 g vlákniny • Energetická hodnota 232 kcal