

Mexická polévka

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 40 minut

Postup přípravy

Na oleji orestujeme cibuli. Přidáme vodu s bujónem, mrkev, rajčata, koření, česnek, fazole a povaříme. Osolíme a ozdobíme zakysanou smetanou.

Ingredience

- **Cibule volná** - 200 g
- **Mrkev** - 300 g
- **Rajčata** - 300 g
- **Jedlá sůl** - 4 g
- **Olivový olej** - 26 g
- **Fazole červené v sladkokyselém nálevu 420 g** - 200 g
- **Jihočeská zakysaná smetana 18 % 180 g** - 100 g
- **Kuřecí bujón** - 29 g
- **Bobkový list 5 g** - 0.4 g
- **Pitná voda nesycená** - 1500 g
- **Česnek sušený granulovaný 25 g** - 10 g
- **Kmín římský 30 g** - 1 g
- **Koriandr celý 20 g** - 4 g
- **Oregano 10 g** - 2 g
- **Chilli papričky drcené 8 g** - 4 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

DIABETICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

