

Brokolicová polévka s popcornem

Kategorie: Ostatní polévky

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost: lehký

Autor: Jiří Jílek

Suroviny

Suroviny::

300 g brokolice, 1 cibule, 1 stroužek česneku, 10 g popcornu, 200 ml vývaru, 10 g mouky, 3 lžičky másla, 2 lžíce smetany, sůl, bílý pepř, zelená petželka



Postup

Postup:

Nasekejte cibuli a poduste ji na 2 lžičkách másla. Zasypte moukou a zalijte vývarem. Přidejte brokolici, uvařte a rozmixujte. Zjemněte smetanou, osolte a opepřete. Česnek nasekejte na drobno a orestujte na zbytku másla. Přidejte popcorn, prohřejte a nasypte do polévky. (300 kalorií)