Dietní čočková polévka s drůbežím masem

Kategorie: Ostatní polévky

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

100 g čočky
40 g hladké mouky
100 g vařeného drůbežího masa
1 hovězí bujón
majoránka
pepř
bobkový list
sůl
řeřicha

Postup

Čočku přebereme, namočíme ve studené vodě a necháme 24 hodin nabobtnat. Druhý den vodu slijeme, čočku zalijeme studenou vodou s bobkovým listem a společně vaříme asi 5 minut. Mouku opražíme nasucho až voní, zalijeme litrem vody, prošleháme, okořeníme a provaříme. Přidáme uvařenou čočku i s vývarem, krájené maso a řeřichu. Podáváme s pečivem.