

# Hrstková polévka

Polévka

(vytvořil\*a Petr Herold)

<b>název</b>	<b>množství (na 1.0 porcí)</b>
Zeleninový vývar	300 mililitry
Směs luštěnin	75 gramy
Mrkev	50 gramy
Petržel	15 gramy
Celer bulvový	10 gramy
Koření - bobkový list	0.4 kusy
Česnek [stroužek]	0.4 stroužek
Koření - majoránka, sušená	1 lžíce
Sůl	
Olej řepkový	

## návod k přípravě

- 1) Směs luštěnin namočíme několik hodin předem do studené vody a necháme v chladu.
- 2) Orestujeme nakrájenou cibuli, přidáme prolisovaný česnek, bobkové listy a majoránku. Poté přidáme nakrájenou kořenovou zeleninu a chvíli restujeme. Přisypeme namočenou směs luštěnin, zalijeme vývarem a vaříme do změknutí luštěnin.
- 3) Osolíme a opepříme, podáváme.

## úkoly

recept nemá úkoly