



KRÉMOVÁ HRACHOVÁ POLIEVKA S MÄTOU A KRUTÓNMI

PRÍSADY

- 300 g mrazeného mladého hrášku
- 20 g lístkov mäty
- 100 g listového špenátu
- 1 hnedá cibuľa, najemno nasekaná
- 3-4 strúčiky cesnaku, najemno nasekané
- 100 g smotany na šľahanie
- 300 ml vášho preferovaného bujónu
- 4 krajce chleba
- 3 polievkové lyžice olivového oleja
- 1 polievková lyžica citrónovej šťavy
- 1 čajová lyžička balzamikového octu

RECEPT

1. Nalejte trochu olivového oleja do hrnca a nastavte na miernu teplotu. Po zohriatí pridajte cibuľu a miešajte, kým nezmäkne.
2. Pridajte mrazený hrášok, špenát a mäta. Bezpečne zatvorte veko hrnca a zapnite proces VITALOK. Znížte teplotu na najnižšiu úroveň a nechajte variť 10 minút – počas tohto procesu neodstraňujte veko.
3. Počas varenia zeleniny odkrojíte kôru z plátkov chleba a chlieb nakrájajte na malé 2 cm plátky. Dajte ich na panvicu na miernu teplotu a opražte.
4. V malej miske zmiešajte olivový olej, jemne nasekaný cesnak, citrónovú šťavu, balzamikový ocot, soľ a korenie. Potom nalejte zmes na opečené krutóny a varte, kým sa tekutina neodparí.
5. Potom, ako sa bude zelenina variť 10 minút, odstráňte vrchnák a pridajte horúci vývar a smotanu. Premiešajte ručným mixérom, až kým polievka nebude hladká a krémová – alebo ak pripravujete menšiu porciu polievky, zmiešajte ju v mixéri iCook.
6. Polievku servírujte s lyžicou smotany a krutónmi. Dobrú chuť!