Zeleninová polévka s čočkou beluga[zpět](https://search.seznam.cz/?q=pol%C3%A9vka+z+%C4%8Do%C4%8Dky+beluga&oq=pol%C3%A9vka+z+%C4%8Do%C4%8Dky+belu&aq=0&sourceid=szn-HP&thru=sug&su=kc)

|  |
| --- |
| Ingredience: |
| brambory | 3 ks | čočka beluga | hrst | najemno nakrájený pórek | hrst |
| najemno nakrájená kapusta | hrst | najemno nastrouhaná mrkev | hrst | ovesné vločky | 2 lžíce |
| vývar | cca 1 l | kmín | dle chuti | sůl | dle chuti |
| nasekaný medvědí česnek | hrst | majoránka | dle chuti |  |  |

## Příprava

Výborná polévka plná vitamínů. Dcerka nenechala na talíři ani kapku. Dělala jsem ji od oka, takže množství surovin je odhadem.

V hrnci zahřejte vývar a přidejte do něj vločky a čočku. Nechte chvíli provařit. Přidejte oloupané a na kostky nakrájené brambory, osolte a okmínujte. Nechte vařit asi 5 minut. Poté přidejte pórek, kapustu a mrkev. Pokud máte málo vývaru, dolijte vodu, aby bylo vše ponořené. [Vařte](https://www.vestavne-spotrebice.cz/varne-desky%20indukcni/filtr-znacka-electrolux%2Caeg%2C/0/0/0/0/0/), dokud nejsou brambory měkké. Pak část polévky rozmixujte. Nakonec dochuťte nasekaným česnekem a majoránkou. Podle potřeby dosolte a můžete i opepřit.