



Knedličková polievka

bezlepkový

Lahké

1 hodina

Pre 4 osoby

☆☆☆☆☆

Ingrediencie

400 g koreňovej zeleniny
 2 mrkve
 2 bobkové listy
 3 guličky nového korenia
 3 guličky celého korenia
 3 lyžice olivového oleja
 4 lyžice nasekanej petržlenovej
 vňatky
 soľ
 1 ks biovajce - na knedličky
 60 g pohánkových vločiek - na
 knedličky
 2 strúčiky cesnaku - na
 knedličky
 1 lžica lyžica lahôdkového
 droždia - na knedličky
 0,5 lyžičky soli - na knedličky
 2 lžice lyžice najemno
 nasekanej petržlenovej vňatky -
 na knedličky

Ako na to?

1. Koreňovú zeleninu omyte, olúpte a nakrájajte na väčšie kusy. Zalejte 1,2 litrom vody, pridajte korenie, osolte a varte asi 40 minút.
2. Pripravte cesto na knedlíčky: rozšlehtejte vejce, osolte, pridajte utrený cesnek, lahůdkové droždí a nasekanou petrželku. Promíchejte a vmíchejte vločky. Těsto na knedlíčky nechte odpočinout asi 30 minut, než se dovaří vývar.
3. V inom hrnci na polievku rýchlo osmahnite mrkvu pokrúpanú na kolieska, osolte a zalejte scedeným vývarom. Platničku majte stále zapnutú.
4. Mokrými rukami vytvarujte z cesta knedličky a vkladajte ich do polievky. Až vyplávajú na povrch, sú hotové (knedličky môžete tiež zavárať do polievky pomocou dvoch lyžičiek).
5. Každú porciu na tanieri ozdobte čerstvou nasekanou petržlenovou vňatkou.