Polévka minestrone

Ingredience na 10 porcí

POLÉVKA

repkový olej – 10 g
cibuľa lúpaná – 80 g
cesnak lúpaný – 8 g
mrkva – 100 g
řapíkatý celer – 30 g
rajčata drcená – 30 g
cuketa – 150 g
baby špenát – 15 g
fazole bílá sušená – 100 g
bazalka čerstvá – 1 g
tymián sušený – 1 g
oregano sušené – 1 g
cukr – 4 g
sol – 3 g
korenie mleté – 0.1 g
zeleninový vývar – 1000 g

TĚSTOVINY

těstovinové kolínka – 100 g
sol – 5 g
repkový olej – 5 g

SERVÍRUJEME

Minestrone

Cibuli nakrájíme na kostky a vložíme ji do hrnce s rozehřátým olejem. Jakmile je cibule růžová, přidáme nasekaný česnek, mrkev na menší kostky, řapíkatý celer na malé proužky a společně restujeme. Přidáme drcená rajčata, cuketu, osolíme, opepříme, ochutíme sušenou bazalkou, tymiánem, oreganem, osladíme cukrem, zalijeme vývarem a vaříme, dokud nebude zelenina měkká. Ke konci vaření přidáme uvařené bílé fazole, můžeme dosolit a vypneme. Do hotové polévky dáme baby špenát, který překrojíme na širší proužky.

Těstoviny

Těstoviny uvaříme dle návodu ve vroucí osolené vodě. Po uvaření těstoviny scedíme, necháme je zchladnout a pokapeme olejem, aby se nelepily.

Servírujeme

Polévku servírujeme s uvařenými těstovinami a lístkem bazalky.

Tip

Polévku minestrone můžeme ozdobit i různými bylinkovými pesty, např. bazalkovým. Do polévky se hodí malé druhy těstovin.

bazalka čerstvá – 10 g