

Asijská polévka ze žluté čočky

Kategorie: [Polévky](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 5

- žlutá čočka 0.5 hrnek
- zeleninový vývar 1 l
- kousek (asi 1 cm) čerstvého zázvoru 1 ks
- cukr 1 lžička
- kukuřičný škrob 1 lžíce
- sterilovaná kukuřice 1 plechovka
- olej 1 lžíce
- podle chuti sůl a pepř 1 ks
- řeřicha na ozdobu 1 ks
- chilli paprička 1 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Čína

Počet porcí: 5

Postup:

Žlutou čočku propláchneme pod tekoucí vodou, vložíme do hrnce, zalijeme zeleninovým vývarem a přivedeme k varu. Čočku povaříme asi 10 minut, přidáme nahrubo nastrouhaný zázvor, sójovou omáčku, cukr a kukuřičný škrob rozmíchaný v trošce vody.

Sterilovanou kukuřici slijeme a přidáme do polévky, necháme přejít varem, přidáme olej, ochutíme solí a pepřem. Jednotlivé porce ozdobíme čerstvou řeřichou a na tenká kolečka nakrájenou chilli papričkou.

Poznámka:

S čerstvým zázvorem má čočková polévka mnohem lepší chuť a vůni, než jaké můžeš docílit se zázvorem sušeným. Navíc je účinný pro dobré zažívání.