Boršč

Počet porcí: 4
Doba přípravy: 180 minut

Postup přípravy

Maso vložíme do nádoby a zalijeme vodou, uvedeme do varu, mírně osolíme, přidáme bobkový list, nové koření, cibuli a zvolna vaříme aspoň 2 hodiny. Vepřové maso vyjmeme dřív, aby se nerozvařilo. Po uvaření hovězího masa vývar procedíme, přidáme na kostičky nakrájenou kořenovou zeleninu a hlávkové zelí, oloupané a nakrájené brambory, nakrájená rajčata a krátce povaříme. Slaninu nakrájíme na kostičky, mírně ji rozškvaříme, lehce na ní zpěníme papriku a přidáme do polévky. Prosátou mouku rozšleháme se smetanou, za stálého míchání vlijeme do polévky a vaříme aspoň půl hodiny. Poté do polévky přidáme oloupanou a uvařenou řepu, nakrájenou na nudličky, vložíme pokrájené maso, polévku přichutíme citrónovou šťávou, sladidlem a krátce povaříme.

Ingredience

- **Brambory** - 28 g
- **Cibule volná** - 40 g
- **Červená řepa** - 12 g
- **Mrkev** - 35 g
- **Rajčata** - 28 g
- **Zelí bílé** - 60 g
- **Petržel** - 35 g
- **Celer** - 35 g
- **Jedlá sůl** - 8 g
- **Citróny** - 28 g
- **Hovězí přední** - 260 g
- **Nové koření celé 30 g** - 0.4 g
- **Sladidlo Stevie** - 4 g
- **Bobkový list 5 g** - 0.4 g
- **Vepřová plec** - 100 g
- **Váhalova slanina 1,5 kg** - 12 g
- **Paprika sladká 35 g** - 4 g
- **10% UHT smetana Mlékárna Pragolaktos 0,5 l** - 28 g
- **Hladká mouka** - 8 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

DIABETICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE