

# ŠPARGLOVÁ POLIEVKA S BABY ŠPENÁTOM



OD COOLINARI.SK, NAPÍŠAL KAMIL

## NA ŠPARGLOVÚ POLIEVKU S BABY ŠPENÁTOM BUDETE POTREBOVAŤ (4 PORCIE):

Asi 10 stoniek zelenej špargle, 2 hrste baby špenátu, 1 cibuľu, 1 l zeleninového vývaru, parmezán alebo grana padano, pár lyžíc olivového oleja EV, 2 strúčiky cesnaku, soľ, čerstvo mleté čierne korenie, trochu sušeného chilli, kúsok masla na zjemnenie chuti

### A TAKTO NA TO:

Umyté stonky špargle zbavte drevnatej časti. Je to jednoduché, stonka sa vždy zlomí práve v bode, kde začína jej drevnatá časť. Odrežte hlavičky špargle a orestujte ich na olivovom oleji spolu s cibuľou nakrájanou na jemno. Asi po piatich minútach ich vyberte bokom. K cibuli pridajte nakrájanú špargľu, 2 strúčiky cesnaku, chvíľu restujte, osolte a okoreňte a zalejte vývarom. Varte dokým nebude špargľa mäkká, to potrvá asi 15 minút.

Prihodte 2 hrste špenátu, chvíľku povarte a polievku rozmixujte tyčovým mixérom do hladka. V prípade potreby dosolte. Polievku môžete zjemniť kúskom masla. Na tanieri, či v miske, polievku dozdobte hlavičkami špargle, parmezánom (ten môžete nastrúhať najemno, alebo len ako lupienky), trochu čierneho korenia, či sušeným chilli. Nezabudnite na olivový olej. Ideálna jarná polievka a nie že nie.



COOLINARI.SK FOOD BLOG

Nájdete nás aj na:

[facebook.com/coolinari.sk](https://facebook.com/coolinari.sk) | [instagram.com/coolinari](https://instagram.com/coolinari) | [pinterest.com/coolinari](https://pinterest.com/coolinari)

