



Smetanová čočková polévka

veganský, vegetariánský, bezlepkový	Snadné	35 minut	Pro 4 osoby	☆☆☆☆☆
--	---------------	-----------------	--------------------	-------

Ingredience

150 g červené čočky
 100 ml rostlinné smetany
 1 cibule
 2 brambory
 1 mrkev
 2 růžičky brokolice
 1 kostka zeleninového bujonu
 2 lžice slunečnicového oleje
 1 lžice římského kmínu
 1 špetka sušeného tymiánu

Jak na to?

1. Nakrájenou cibuli nechte na oleji zesklivatět, přidejte římský kmín a osmahněte.
2. Zalijte 1 litrem vody. Přidejte pokrájené brambory, mrkev, bujon, tymián a nechte vařit dokud zelenina nezměkne.
3. Přidejte červenou čočku, nakrájenou brokolici a provařte.
4. Zjemněte smetanou a nechte pod pokličkou dojít, dokud čočka nezměkne.