



- Polévky
- Těstoviny
- Ásie
- Indie
- Česká klasika
- Jiné hlavní chody
- Dezerty

Vypečená květáková

Květákovou polívku prostě nejde ignorovat, je to jarní stálice. I ve veganské verzi je krásné krémová a pečený květák zajistí silnější, oříškovou chuť. Nebojte se jí trochu napálit, Elvis taky musel na kolena a prošoupat zvonáče. Do nebes ji katapultuje opečená houska, brambora a tofu s chilli, ideálně ještě čerstvá petržel. Je to vlastně celkem rychlovka, co určitě zasytí.

- nejlepší je pečená
 - 1 větší květák
 - 2 větší brambory
 - 2 lžíceLSD
 - Lžička mletého kmínu
 - Čtvrt lžičky červené papriky
 - Čtvrt lžičky muškátového oříšku
 - Malé balení vegan smetany na vaření
 - 2 lžičky hrubozrnné hořčice Malle / Lžička octa
 - Sůl, pepř
 - Kostičky housky/rohlíku/toustového chleba opečené v troubě
 - Koističky tofu na pánvi opečené s půl lžičkou chilli
 - Na kostičky nakrájená větší brambora opečená v troubě
 - Čerstvá petržel
-
- Rozpalte troubu na 180 C, květák rozeberte na menší růžičky, rozložte na plech vyložený pečícím papírem, osolte, pokapejte, polijte trochou olivového oleje a dejte péct na cca 20 minut.
 - Mezitím si oškrábejte brambory a nakrájejte je na menší kousky.
 - V hrnci rozpustíme tři lžíce másla, přisypeme mletý kmín, zasypeme dvěma lžícemi LSD a hladké mouky, za stálého míchání minutku dvě opékáme, přidáme papriku a zalijeme po malých částech 250 ml vody. Přidáme opečený květák a brambory. Přilijeme 500 ml vody nebo vývaru, přidáme sůl a muškátový oříšek a necháme cca 15 minut vařit.
 - Rozmixujeme ponorným mixérem, až je polévka krásně hladká a našlehaná. Dochutíme solí, pepřem, hořčicí a máme hotovo.
 - V talíři ji hezky zakápněte trochou olivového oleje a nezapomeňte na ni naložit tofu, opečenou bramboru a kostičky opečeného pečiva.

Newer

Older

08 Apr 2025

Fazolová s limetou, avokádem a kori...

27 Mar 2025

Domácí zeleninový bujón