Hokaido polievka

Recepty

Polievky

Rýchle večere

50 min

0



2.9

1198

Budete potrebovať

Hokaido tekvica	1 ks
mrkva	3 - 4 ks
olivový olej panenský	
cesnak	2 strúčiky
mletý zázvor	1 malá lyžička
šťava z väčšieho pomaranča	1 ks
pomarančová kôra	

muškátový orech štipka

soľ

biele korenie

Príprava receptu

Tekvicu si poriadne umyjeme (ak sme ju kúpili v obchode), ošúpeme, odstránime z nej semienka a pokrájame na kocky (aby sa nám dobre a za relatívne krátky čas pekne uvarila). Tekvicu + mrkvu uvaríme vo vode (cca 20-30 minút) s celým cesnakom.

Až máme tekvicu s mrkvou mäkkú, tak tekvicu spolu s mrkvou poriadne rozmixujeme vo vode, v ktorej sme ju varili. Rozmixovaný vývar vrátime naspäť do hrnca, pridávame soľ, kokosové mlieko, muškátový oriešok, zázvor. Koľko, to je na vás, čím viac zázvoru, tým bude polievka pikantnejšia. Pridáme kokosové mlieko, čím polievku chuťovo zjemníme. Na záver ešte dochucujeme - dosolíme, dokoreníme. Nezabúdame, na záver pridávame pomarančovú šťavu. Polievka má byť sladkokyslá, jemne do štipľavá. Pomarančová chuť a vôňa je veľmi vhodná, robí polievku veľmi zaujímavou, ako iné citrusové chute sa výborne dopĺňa so zázvorom. Nastrúhame kôru z celého pomaranča a ozdobíme zľahka pečenými tekvicovými semiačkami.

Prajeme dobrú chuť.