



Polievka z pečenej zeleniny s halloumi

Recepty



Polievky



Na každý deň



60 min



4



0.4

5



Budete potrebovať

| | |
|--------------|------------|
| Cibuľa | 1 stredná |
| Mrkva | 2 veľké |
| Zemiaky | 2 stredné |
| Cesnak | 2 strúčiky |
| Petržlen | 1 |
| Zeler koreň | 1/3 koreňa |
| Olivový olej | 3 PL |

| | |
|---|-------------|
| Koriander sušený | 2 ČL |
| Syr halloumi | 1 balenie |
| čili sušené, mleté alebo chipotle kúsky | podľa chuti |
| Slnečnicové semienka | hrst' |

Príprava receptu

Rúru rozohrejte na 200°C. Zeleninu očistite, nakrájajte na väčšie kúsky a dajte na plech s papierom na pečenie. Pokvapkajte olivovým olejom (2 PL), osolte, okoreňte a posypte koriandrom (1 ČL). Pečte približne 45 minút do zmäknutia.

Medzitým pripravíte syrové krutóny a semienka. Slnečnicové semienka opečte na suchej panvici, asi 2 minúty. Halloumi nakrájajte na plátky, a potom na kocky, zo všetkých strán opečte na panvici s lyžicou olivového oleja.

Zeleninu vyberte z rúry a rozmixujte tyčovým mixérom. Ozdobte syrom, koriandrom (1 ČL), semienkami a podľa chuti pridajte čili alebo chipotle.

Podávajte s chlebom.

TIP: Môžete pridať aj hokaido tekvicu alebo sladký zemiak – batát, potom ale použite menej mrkvy.



Chilli mleté



Čierne mleté koren timer