Polievka z pečenej zeleniny s halloumi

Recepty

Polievky

Na každý deň

60 min

4



1.0

7

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	hrsť

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), osoľte, 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 korenie