

Cizrnová s mrkví a kurkumou

Suroviny:	500g cizrny
	500g mrkve
	olej
	cibule
	česnek
	muškátový oříšek
	1 lžička kurkumy
	1 lžička kari
	1 lžička muškátu
	vývar
	sůl
	pepř
	majoránka
	máslo

Postup:

Předem namočenou cizrnu uvaříme, rozmixujeme.

Na oleji opečeme rozkrájenou cibulku a rozmačkaný česnek, přidáme nastrouhanou mrkev a opečeme.

Přidáme koření-muškat, kurkumu a kari, znovu osmahneme. Zalijeme vývarem a vaříme.

Přidáme rozmixovanou cizrnu, provaříme, osolíme a opepříme. Nakonec přidáme majoránku, dosolíme a zjemníme troškou másla.

Poznámka:

Mrkev můžeme nahradit jinou zeleninou – dýní, celer apod.

Podobné polévky:

s bramborem

se zázvorem

