

Polievka zo žltého hrachu

s kokosovým mliekom, baby zemiakmi a špenátom



Postup:

1. Hrach namočíme do vody na 2- 8 hodín.
2. Do zohriateho hrnca vlejeme olivový olej, nakrájanú cibuľu, prelisovaný cesnak a priebežne miešame, restujeme 3 minúty.
3. Následne pridáme curry korenie, drvenú rascu, čierne mleté korenie a restujeme 1 minútu, občas premiešame.
4. Pridáme opláchnutý hrach, soľ, zalejeme vodou/vývarom (tak aby bol ponorený hrach) a varíme 10 minút.
5. Baby zemiaky umyjeme a so šupkou pridáme do polievky, varíme ďalších 35 minút.
6. Na záver pridáme kokosové mlieko, čerstvé špenátové listy, pokrúpaný koriander, necháme zovrieť a hotovo.
7. Polievku podávame s extra nakrájaným koriandrom.

Úprimnosť chutí od [@chudnemjedlom](#), [@ribeira.sk](#)

Suroviny:

- ✓ 1 a 1/2 menšej šálky žltého hrachu [@ribeira.sk](#)
- ✓ 2 ČL olivového oleja
- ✓ 1 menšia šálka bielej cibule
- ✓ 4 strúčiky cesnaku
- ✓ 1 ČL ostrého curry korenia alebo 2 ČL curry pasty
- ✓ 1/2 ČL drvenej rasce
- ✓ 1/2 ČL čerstvo namletého čierneho korenia
- ✓ 12 ks baby zemiakov
- ✓ 1-2 šálky kokosového mlieka
- ✓ 2 hrste čerstvých špenátových listov
- ✓ Čerstvý koriander
- ✓ Soľ
- ✓ Zeleninový vývar / voda

Použitie Ribeira produkty:



Hrach žltý
lúpaný polený