



STUDENÁ LETNÁ POLIEVKA OD HUGA





Počas horúcich letných dní vyskúšajte studenú polievku. Je osviežujúca, chutná a zdravá.

Budete potrebovať: na 4 porcie

1 liter kefir (alebo acidko)

1 malý pohár zaváranej nastrúhanej cvikle (môžete použiť samozrejme aj čerstvú cca 150 gramov)



3 kusy malých čerstvých uhoriek (najlepšie zo záhrady)
2 uvarené vajíčka
1 malú lyžičku horčice alebo chrenu na ochutenie
mladú cibuľku

Postup: Veľmi jednoduchý!

Všetky suroviny nastrúhajte a kvalitne zamiešajte so studeným kefírom. Pri podávaní pridajte nakrájané vajíčko a bylinky podľa chuti. Pažitku, stonky z cibule, petržlenovú vňať, mäta, čokoľvek čo máte radi.

HOTOVO!

Dobrú chuť priatelia!

Váš Hugo