

Brokolicová polévka pro děti

Časová náročnost: 45 minut

Seznam přísad

1/2 ks	brokolice
	sůl
1 l	voda
50 g	máslo
1 ks	středně velká mrkev
1 ks	menší pórek
1/2 l	mléko
50 g	pohankové vločky
2 lžička	Solčanka (zeleninové ochucovadlo s mořskou solí-k dostání v obchodech se zdravou výživou)
2 plátek	toustový chléb
kousek	máslo (na opečení toastů)



Postup přípravy

Očištěnou a na růžičky rozebranou brokolici dáme do osolené vařící vody a vaříme asi 8 minut. Na másle si mezitím orestujeme očištěnou a na kousky pokrájenou mrkev a na kolečka pokrájený pórek. Zalijeme vývarem z brokolice a mlékem, přidáme pohankové vločky a rozvaříme je doměkka. Přidáme uvařenou brokolici (pár kousků si necháme stranou) a ochucovadlo Solčanku. Nyní si z polévky odebereme několik kousků mrkve a zbylou polévku rozmixujeme dohladka. Z toastového chleba vykrájíme vykrajovátkem libovolné tvary (např. srdíčka) a ty opečeme na másle dozlatova. Některá srdíčka vhodíme do polévky a některá napícheme spolu s brokolicí a mrkví na špejli. Ihned podáváme.