



# Květákovo-ananasová polévka

asi 12 porcí



střední obtížnost

do 40 minut



## Přísady:

### Polévka:

1100 - 1300 g květák  
2 ks šalotka  
česnek  
20 g zázvor  
2 PL olej např. řepkový  
0,5 KL kari koření  
kurkuma  
800 ml drůbeží vývar  
400 ml kokosové mléko  
400 ml džus ananasový  
sůl  
pepř černý čerstvě mletý  
chilli vločky  
muškátový oříšek mletý

### Posyp:

asi 30 g mandle sekané  
asi 30 g ořechy sekané  
1 ks baby ananas  
1 PL pažitka nasekaná  
1 balení Creme VEGA Dr. Oetker  
olej ořechový

## 1 Příprava:

Květák očistíme a rozdělíme na růžičky. Šalotky a česnek oloupeme a nakrájíme na kostičky. Zázvor oloupeme a nakrájíme na jemno.

## 2 Postup:

Olej rozehtjeme ve velkém hrnci. Šalotku a česnek krátce orestujeme, přidáme růžičky květáku a krátce orestujeme. Přidáme kari, kurkumu a zázvor a krátce podusíme. Vše zalijeme vývarem a kokosovým mlékem a na středním plameni dusíme pod pokličkou cca 25 minut.

## 3 Posyp:

Mezitím opražíme mandle a ořechy bez tuku na pánvi s nepřilnavým povrchem do zlatova a necháme vychladnout na talíři. Ananas oloupeme, odstraníme střední tuhou část a dužinu nakrájíme na kostičky. Smícháme mandle, ořechy, ananas a pažitku.

## 4 Polévku rozmixujeme a propasírujeme přes sítko. Přimícháme ananasovou šťávu a prohřejeme. Polévku dochutíme solí, pepřem, čili vločkami a muškátovým oříškem.

## 5 Polévku rozdělíme do misek. Podáváme se lžící Creme VEGA, trochou posypu a zakapané ořechovým olejem.





Tip:

- Místo pažitky můžete použít také nasekané listy koriandru nebo hladkolisté petrželky.
- Místo ananasu můžete v posypu použít také 100 g na jemno nakrájených sušených měkkých meruněk.

