



Asijská voňavá polévka

veganský	Snadné	45 minut	Pro 4 osoby	☆☆☆☆☆
----------	--------	----------	-------------	-------

Ingredience

1 ks cibule
 4 lžíce olivového oleje
 1 lžíce perníkového koření
 1 lžíce mleté kurkumy
 6 ks stroužků česneku
 2 lžíce nastrohaného kořene
 zázvoru
 300 g rajčatového pyré
 200 g červené čočky
 500 ml vody
 200 ml kokosového krému
 sůl
 šťáva z biocitronu

Jak na to?

1. Ve středním hrnci rozežehřejte olej a osmahněte na něm pokrájenou cibuli. Až bude měkká, přidejte perníkové koření a kurkumu, nechte rozvonět.
2. Přidejte prolisovaný česnek a nastrohaný zázvor, opět nechte rozvonět.
3. Zalijte rajčatovým pyré, vodou a vsypte červenou čočku. Dobře promíchejte, zakryjte pokličkou a na mírném ohni vařte za občasného míchání přibližně 30 minut. Pokud by vám polévka připadala moc hustá, přidejte další vodu, ale nezapomeňte, že později budete přidávat ještě kokosový krém.
4. Když je čočka měkká, osolte a okyselte podle chuti, vlijte kokosový krém, promíchejte a ještě chvíli povařte.