Recept na krémovou dýňovo-pórkovou polévku

https://varimesmarcelou.cz/polevky/recept-na-kremovou-dynovo-porkovou-polevku.html

Když si vypěstujete dýni nebo ji od někoho dostanete, většinou si nevíte rady, jak s ní naložit. Využití dýně v kuchyni je ale tak široké. Dnes jsem vařila z dýně například tuto skvělou a hlavně vydatnou polévku.

O prospěšnosti dýně pro náš organizmus jsem psala u receptu na bramborovo-dýňovou kaši.

Na přípravu dýňovo-pórkového krému budete potřebovat

- 1 pórek (celý i se zelenými listy)
- 400 g očištěné dýňové dužiny nakrájené na kostky
- 1,5 litru kuřecího vývaru nebo vody
- 1 šalotku
- Plátek másla 1 cm silný nebo 4 polévkové lžíce olivového oleje
- 1 cm pálivé papričky
- 1 stroužek česneku
- 2 mrkve středně velké
- 1 oloupané rajče nakrájené na kousky nebo 2 polévkové lžíce suga (omáčky z rajčat)
- 2 polévkové lžíce ovesných vloček
- 1 čajovou lžičku kmínu
- 1 čajovou lžičku kari
- Hrubozrnnou mořskou sůl
- Olivový olej
- Kostičky pečiva (o hraně cca 1,5 cm)

Postup přípravy krémové dýňovo-pórkové polévky

Do hrnce dáme plátek másla, kmín a najemno nakrájenou šalotku a rukou rozmáčknutý stroužek česneku.

Krátce, asi 2 minuty, zarestujeme. Po restování odstraníme česnek, který nám již dostatečně předal svoje aroma.

Přidáme nahrubo nakrájený celý pórek, mrkev, rajče (nebo sugo), pálivou papričku a kostky dýně.

Zeleninu v hrnci osolíme a za občasného promíchání smažíme 8 – 10 minut.

K osmažené zelenině přidáme 2 polévkové lžíce ovesných vloček. Zamícháme a zalijeme kuřecím vývarem nebo vodou.

Polévku necháme povařit na mírném ohni asi 30 minut.

Přidáme kari a ponorným mixerem vše rozmixujeme do hladka.

Polévku necháme ještě 10 minut povařit. Následně ochutnáme a případně dosolíme.

Jako přílohu podáváme kostičky pečiva opečené na sucho a následně pokapané olivovým olejem a osolené.

Polévka je pikantní se sladkým nádechem.