

Hráškový krém s krutóny



Ingredience na 10 porcí

KRÉM

řepkový olej – 10 g
cibule loupaná – 100 g
česnek loupaný – 8 g
mrkev – 40 g
brambory (var. typ B) – 150 g
hrášek mražený – 450 g
sůl – 4 g
zeleninový vývar – 750 g
pepř mletý – 0.1 g
krém na vaření sójový – 100 g

KRUTONY

toast celozrnný – 200 g
řepkový olej – 5 g

NAVRCH

petržel čerstvá – 7 g

Hráškový krém

Cibuli nakrájíme na kostky, orestujeme. Po chvíli přidáme česnek, mrkev a brambory na kousky a chvíli ještě restujeme. Osolíme a opepříme, zalijeme zeleninovým vývarem a necháme vařit, dokud nebudou mrkev a brambory měkké. Přidáme rozmražený hrášek a ještě 5 minut povaříme. Přidáme část sójového krému a v blenderu rozmixujeme do konzistence krému.

Krutóny

Toastový chléb nakrájíme na kostky, dáme na plech, zakápneme olejem, vložíme do vyhřáté trouby na 180 °C a necháme je zezlátnout.

Servírujeme

Hráškový krém ozdobíme zbylým sójovým krémem, přidáme čerstvou petrželku a upečené krutony.

Tip

Hráškový krém můžeme odzobit nerozmixovaným hráškem nebo čerstvými hráškovými výhonky.