

# Grizgaluska leves (polévka s krupicovými knedlíčky)

Celkový čas vaření **25 min.** 10 min. Doba přípravy **15 min.** Doba vaření

Nutriční hodnoty (na porci):

**1.380 kJ / 332 kcal**

Tuky: **22,6 g** Bílkoviny: **9,4 g**

Sacharidy: **21,7 g**

## INGREDIENCE

2 Porce

### Krupicové knedlíčky:

<b>125 ml</b>	mléka
<b>30 g</b>	másla
<b>40 g</b>	krupice (z tvrdé pšenice – semolina)
<b>1</b>	žloutek
<b>1 čajová lžička</b>	<u>Kikkoman Koncentrovaný základ pro ramen</u>
<b>2 špetky</b>	mletého muškátového oříšku

### Zelenina:

<b>1</b>	mrkev
<b>2</b>	jarní cibulky
<b>120 g</b>	brokolice
<b>1 polévková lžička</b>	<u>Kikkoman Pražený sezamový olej</u>
<b>600 ml</b>	vody
<b>2 polévkové lžičky</b>	<u>Kikkoman Koncentrovaný základ pro ramen</u>

### Na ozdobu:

<b>3 polévkové lžičky</b>	nasekané petrželky
---------------------------	--------------------

## POSTUP PŘÍPRAVY

### Krok 1

#### Na krupicové knedlíčky

**125 ml** mléka - **30 g** másla - **40 g** krupice (z tvrdé pšenice – semolina) - **1** žloutek - **1 čajová lžička** Kikkoman Koncentrovaný základ pro ramen - **2**

**špetky** mletého muškátového oříšku

V malém rendlíku přiveďte mléko a máslo k varu. Za stálého míchání vsypte krupici a vařte, dokud se směs nezačne odlepovat od stěn hrnce, poté nechte vychladnout. Vmíchejte žloutek a dochuťte Kikkoman Koncentrovaným základem pro ramen a muškátovým oříškem.

### Krok 2

**1** mrkev - **2** jarní cibulky - **120 g** brokolice - **1 polévková lžička** Kikkoman Pražený sezamový olej - **600 ml** vody - **2 polévkové lžičky** Kikkoman Koncentrovaný základ pro ramen

Mrkev nakrájejte na kostičky a jarní cibulky na kolečka, brokolici rozdělte na malé růžičky. V hrnci zahřejte Sezamový olej Kikkoman a zeleninu na něm zlehka orestujte. Zalijte vodou, přidejte Kikkoman základ na ramen a přiveďte k varu.

### Krok 3

**3 polévkové lžičky** nasekané petrželky

Pomocí dvou lžiček nabírejte malé porce krupicové směsi a tvarujte z nich malé oválné knedlíčky. Vkládejte je do horké polévky a vařte zvolna asi 10 minut, dokud nevyplavou na povrch. Polévku naberte do misek, posypte petrželkou a podávejte.