

# Italská kapustičková polévka s dvouzrnkou



Typ receptu  
**Bezlaktózový**  
**Vegan**



Náročnost  
**Snadná**



Doba přípravy  
**60 minut**



Množství  
**4 porce**

## Ingredience:

- 300 g vařené české dvouzrnky  
Naše Biofarma
- 4 polévkové lžíce olivového  
oleje extra panenského Biolinie
- 1,5 l zeleninového vývaru  
Biolinie
- 1 cibule
- 1 pórek
- 2 stroužky česneku
- 1 polévková lžička čerstvého  
tymiánu
- 2 velké mrkve
- sůl Biosal
- pepř Sonnentor
- asi 20 malých růžičkových  
kapustiček
- 1 konzerva sekaných rajčat  
Biolinie

## Postup:

Dvouzrnku předem namočte.

Cibuli nasekejte nadrobno a zpěňte na oleji. Přidejte na kolečka pokrájený pórek, na plátky nasekaný česnek a tymián. Vše řádně promíchejte a nechte ještě asi 5 minut restovat. Přidejte na kolečka nakrájenou mrkev, dvouzrnku a zalijte vývarem. Osolte a vařte asi 15 minut. Nakonec přidejte rajčata a na půl rozkrojené kapustičky a vařte do změknutí asi dalších 20 minut.

*Tip: Podávejte posypané strouhaným parmezánem.*