# Špenátová polévka




25 minut náročnost ●○○○

## Ingredience (4 porce)

- 1 cibule
- 2 stroužky česneku
- 2 lžíce olivového oleje
- 400 g mraženého špenátu
- 0,5 l vývaru
- 125 g Lipna smetanového
- sůl, pepř
- muškátový oříšek

## Návod na přípravu:

Cibuli oloupeme a nakrájíme najemno. Česnek také oloupeme a prolisujeme, nebo nasekáme nadrobno. V hrnci rozehřejeme trochu oleje a cibuli na něm necháme zesklovatět. Přidáme česnek a krátce orestujeme, aby se rozvoněl.

Do hrnce přidáme mražený špenát a zalijeme vývarem. Přivedeme k varu a necháme vařit asi 10 minut, dokud se špenát zcela nerozpustí. Poté do polévky přidáme tavený sýr Lipno a mícháme, dokud se nerozpustí a polévka nezíská krémovou konzistenci.

Polévku dochutíme solí, pepřem a špetkou muškátového oříšku. Promícháme a ještě krátce prohřejeme. Nakonec můžeme polévku rozmixovat tyčovým mixérem pro hladší konzistenci.

Polévku podáváme horkou, ideálně s krutony.