# Zeleninová s kvasnicemi

2,5 l hrnec – 8 porcí

Suroviny:

1 větší cibule, 2-3 mrkve, 1/2 celeru, 1-2 petržele, 1 x kvasnice, slunečnicový olej nebo rostlinný tuk, sůl, pepř, libeček, kmín, zázvor, stroužek česneku, koření do polévky, hladká mouka, 1/2 citrónu.

Příprava:

V hrnci rozehřejeme dvě lžíce oleje. Do rozehřátého oleje přidáme na drobno nakrájenou cibuli, mírně osmahneme. Vložíme na malé kousky nakrájenou zeleninu, promícháme. Osolíme, přidáme přiměřeně koření, nastrouhaný zázvor a na tenké plátky nakrájený česnek. Promícháváme, aby se směs nepřipálila. Jakmile je zelenina osmažená, zasypeme moukou ( jednu až dvě lžíce ), promícháme, necháme osmahnout. Zalijeme vodou (nebo vývarem z brambor, či zeleniny), rozmícháme a uvedeme do varu. Udržujeme v mírném varu cca 15 -20 min. Přidáme rozdrobené kvasnice a důkladně rozmícháme. Přes sítko vymačkáme citron, případně osladíme kostkou cukru, celkově dochutíme. Povaříme 10 min. a odstavíme.

Dobrou chuť přeje Tonda OK2WPA