

Novoroční čočka na kyselo



20. 10. 2021

Recept je vhodný pro: [3. fáze](#)

Vychutnejte si na Nový rok tradiční pokrm - čočku na kyselo. Je plná bílkovin, vitamínů B a železa!

Co potřebujete (4 porce):

- 8 polévkových lžic čočky (hnědé nebo zelené)
- 1 lžíce oleje
- 20 g cibule, najemno nasekané
- cca 50 ml zeleninového nebo kuřecího vývaru
- 1 malý bobkový list
- špetka tymiánu
- sůl a čerstvě mletý pepř
- 2 lžičky jemného octa
- 4 malé kysané dia okurky
- 2 balení [frankfurtských párků](#)
- 4 vejce

Jak na to:

1. Čočku propláchněte ve studené vodě a na několik hodin namočte do studené vody. Poté zalijte horkou vodou tak, aby čočka nebyla zcela ponořená. Zakryjte pokličkou a uvařte doměkka. Čočku vařte 45-60 minut.

2. Na oleji osmahněte cibuli dozlatova. Postupně zalijte vývarem, rozmíchejte, přiveďte k varu a přisypte předvařenou čočku. Přidejte tymián a bobkový list. Deset minut povařte. Nakonec přidejte ocet, sůl a pepř a vyjměte bobkový list.

3. Podávejte s ohřátou nožičkou párku a polovinou vejce uvařeného naměkko. Na talíři dozdobte kysanou

dia okurkou.

4. Dobrou chuť.