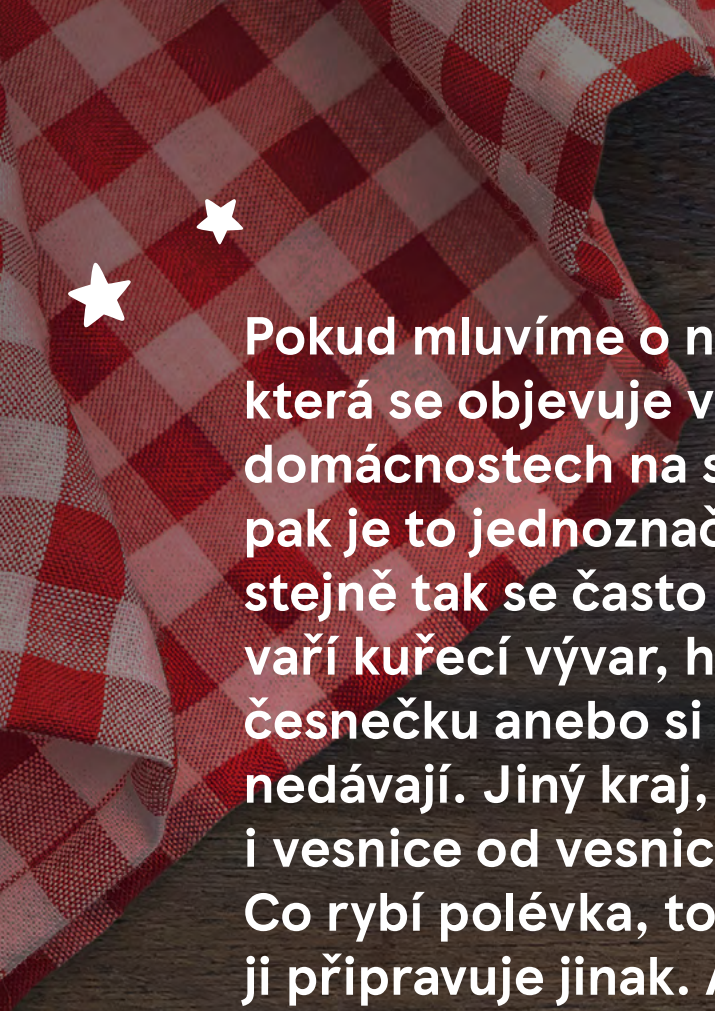


Vaše nejlepší
štedrovecí
polévky



Vánoce,
jak je máte rádi
TESCO



★ ★

Pokud mluvíme o nejtypičtější polévce, která se objevuje v českých domácnostech na stole na Štědrý večer, pak je to jednoznačně rybí polévka. Ale stejně tak se často setkáte s tím, že Češi vaří kuřecí vývar, hrachovou polévku, česnečku anebo si polévku k večeři vůbec nedávají. Jiný kraj, jiná tradice – dokonce i vesnice od vesnice se může lišit. Co rybí polévka, to originál. Každá rodina ji připravuje jinak. A všichni tvrdí, že ta jejich je ta nejlepší. A víte co? Máte pravdu! Právě ta vaše polévka je vždycky ta nejlepší.

Shromáždili jsme z celého Česka vaše tipy, rady a doporučení na nejlepší vánoční polévku, z nichž jsme vytvořili následující e-knihu. Nechte se inspirovat tajnými ingrediencemi, vyzkoušejte rozmanité rodinné recepty a kombinace, které by vás ani nenapadly.



Dozvíte se také hodně zajímavostí o našich tradicích a zvycích, které jsme získali ve velkém vánočním dotazníku, do něhož se zapojilo 24 tisíc lidí. Podívejte se na výsledky v našich e-knihách nebo přímo na webových stránkách [itesco.cz](https://www.itesco.cz).

Připravit si chutnou rybí polévku dokážete, i když jste ji nikdy nevařili. Prakticky nemůžete udělat chybu, stačí kvalitní ingredience a trocha inspirace z této e-knihy. A pokud rybí zrovna nepreferujete, vyzkoušejte chutnou zelňačku. Dobrou chuť.

★ ★
★
*Přejeme vám
šťastné a chutné
vánoční svátky.*
★ ★



TESCO

Rybí polévka

paní Heleny

Ingredience

2 kapří hlavy
500 g odřezků z kapra
75 g mlíčí nebo jiker
200 g mrkve
200 g kořenové petržele
200 g celeru
1 cibule
3 lžíce másla
2 lžíce hladké mouky
5 kuliček pepře
3 kuličky nového koření
1 bobkový list
sůl, muškátový květ nebo oříšek

Postup

- ★ Uvařte 2 kapří hlavy s cibulí, celým pepřem, novým kořením a bobkovým listem a osolte. V hrnci na másle osmažte kostičky kořenové zeleniny (mrkev, petržel a celer) a zalijte vývarem z hlav. Oberte maso a přidejte do polévky. V čerstvé vodě uvařte odřezky z kapra a mlíčí nebo jikry. Přeced'te, pokrájejte maso a přidejte ho do polévky. Z másla a mouky připravte jíšku a zahustěte polévku. Dochuťte muškátovým oříškem anebo květem.



Hrášková polévka ★

paní Evy

Ingrediencie

250 g hrachu
1 lžička soli
2 bobkové listy
3 stroužky česneku
1 lžíce majoránky
pepř
100 ml smetany ke šlehání 30%
1 l vývaru



Postup

- ★ Hrách namočte přes noc do 700 ml vody. Ve stejné vodě ho pak spolu s 300 ml vývaru, lžičkou soli a bobkovým listem uvařte doměkka.
 - ★ Vyberte bobkový list a přidejte česnek, majoránku, pepř a smetanu. Rozmixujte a dle potřeby řed'te vývarem nebo vodou.
- Ozdobte proužky opečené slaniny, krutony a nasekanou petrželkou.







Jemná rybí polévka

paní Milady

Ingredience

Vývar

500 g rybích odřezků
1 mrkev
1 petržel
1/4 celeru
2 l vody

Polévka

300 g kořenové zeleniny
(mrkev, celer, petržel)
1/2 cibule
50 g másla
50 g hladké mouky
petrželka
sůl



Postup

- ★ Do většího si hrnce si dáme vodu s rozpůlenou, očištěnou mrkví, petrželí a celerem. Přidáme i rybí kosti a začneme vařit. Plamen snížíme na minimum tak, aby vývar jen probublával. Táhneme 60 minut a poté scedíme přes síto.
- ★ Kořenovou zeleninu na polévku si očistíme a nakrájíme na nudličky. Cibuli si pokrájíme na kostičky. Vše orestujeme na másle, zaprášíme moukou a zalijeme vývarem.
- ★ Krátce provaříme, přidáme obrané rybí maso a dosolíme. Dozdobíme petrželkou.
- ★ Polévku servírujte na talíři s opečenou houskou. A pokud se vám zdá málo jemná, můžete do ní kápnout ještě trošku smetany.





Vánoční kulajda

babičky Vlasty

Ingredience

- | | |
|----------------------|-------------------------|
| 2 l vody | 8 ks nové koření (celé) |
| 2 lžíce oleje | 8 kuliček černého pepře |
| ¼ másla | 4 lžíce cukru krupice |
| 1 hrst lesních hub | 3 lžíce octu |
| 4 ks brambor | 8 menší vajec |
| 2 lžičky soli | 30 g čerstvý kopr |
| 2 lžičky koření | (může být mražený) |
| ½ ks masoxu | 50 cl šlehačky |
| 5 ks bobkového listu | 2 lžíce hladké mouky |

Postup

- ★ Do vyššího hrnce dáme rozeřtát 2 lžíce oleje, 1/8 másla a 2 vrchovaté lžíce hladké mouky. Uděláme světlou jíšku, kterou hned zalijeme horkou vodou.
- ★ Přidáme lesní houby (mohou být čerstvé, sušené nebo mražené), brambory, sůl, polévkové koření, masox, bobkový list, nové koření, pepř a necháme cca 10 minut povařit.
- ★ Následně přidáme cukr a ocet a do polévky zapustíme celá vejce a chvíli nemícháme, proto, aby nám zůstaly žloutky vcelku, asi tak 3 minutky. Nakrájíme kopr na kousíčky a opatrně vmícháme do polévky. Necháme ještě asi další 3 minutky povařit. Na závěr vmícháme 1/8 másla a 50 cl šlehačky (místo šlehačky můžeme použít 1 dcl smetany nebo 2 dcl mléka).





Vánoční zelňačka

paní Martiny

Ingredience

1 kg bílého zelí
1 lžíce cukru
60 g másla
80 g slaniny
80 g klobásky
1 lžíce kmínu
200 ml bílého suchého vína
1 l zeleninového vývaru či vody
200 ml smetany
2-3 brambory
sůl, pepř



Postup

- ★ Rozkrájejte zelí na čtvrtiny, odstraňte tvrdé části a nakrájejte je na 3 cm široké kousky.
- ★ Rozehřejte máslo, přidejte slaninu, zelí, cukr a kmín a chvíli poduste. Přilijte víno, vývar, smetanu a ochuťte solí a pepřem.
- ★ Oloupejte brambory, nakrájejte je na kostičky a vložte do základu, který vařte 25 minut.
- ★ Nakrájejte chleba či bagetu na malé kostičky a smažte na pánvi s 1 lžičkou másla, dokud nebudou tyto kostičky opečené dozlatova.
- ★ Po deseti minutách varu přidejte do polévky i klobásku nakrájenou na kolečka. Polévku na talířku nazdobte nakrájenou pažitkou a opraženými krutony.





★ ★ A které vánoční písničky
★ si Češi nejčastěji pouštějí ★
při přípravě vánoční večeře? ★



Téměř 12 % poslouchá
písničku Last Christmas



$\frac{3}{4}$ lidí poslouchají klasické
české vánoční koledy

24 % domácností
si prozpěvuje Tichou noc





Téměř 44 % domácností
v České republice zdobí
stromek na Štědrý den.

Nejoblíbenější
vánoční polévky

rybí polévka



7 455 hlasů

kuřecí vývar



3 636 hlasů

pokaždé něco jiného



3 630 hlasů

A vítězem se stává..

Ano, je to rybí polévka, která vyhrála mezi 24 tisíci zapojenými lidmi.

Méně oblíbené
vánoční polévky

houbová polévka



1 708 hlasů

rajčatová polévka



531 hlasů

česnečka



1 038 hlasů

Ať mají vaše Vánoce
jakékoliv chutě, rozhodně
jsou to ty nejlepší.

Tak si je užijte naplno.

*Vánoce,
jak je máte rádi*

TESCO