Vývar s celestýnskými nudlemi z Prodietix bylinkové omelety

1. 10. 2023

Recept je vhodný pro: 1. fáze, 2. fáze, 3. fáze

Užijte si teplý, nutričně vyvážený kuřecí vývar s celestýnskými nudlemi z Prodietix bylinkové omelety. Je to ideální volba pro chladné podzimní večery, kdy potřebujete něco na zahřátí a doplnění energie.

Co potřebujete:

- *1 balení Prodietix bylinkové omelety*
- *1 slepičí vejce*
- *kostní vývar*
- *50g květáku*
- *50g celeru*
- *50g brokolice*
- *snítko čerstvé petržele*
- *1 lžíce řepkového oleje*
- *pepř*
- *sůl*

Jak na to:

1. Do hrnce nalijeme optimální množství osolené vody vzhledem k tomu, kolik máme kostí. Vaříme dle svého uvážení, ale nejlépe alespoň 2 hodiny na středním plamenu.

2. Po uvaření vývar slejeme přes cedník a přidáme do scezeného vývaru očištěnou a nadrobno nakrájenou

zeleninu, kterou ještě krátce povaříme.

3. V mezičase si připravíme omeletu.

4. Rozehřejeme plotýnku na střední oheň a na pánev nalijeme olej.

5. Omeletu připravíme dle návodu s tím, že do šejkru přidáme i jedno celé vejce a řádně promícháme.

6. Směs vylejeme na pánev a po chvilce otočíme.

7. Hotovou omeletu položíme na prkénko a nakrájíme na širší nudle.

8. Vývar nalijeme do hlubokého talíře a poté vložíme nudle, které následně zasypeme čerstvou petrželkou.

9. Dochutíme pepřem a podáváme teplé.

Hotový vývar rozdělte po cca 3 dcl. To vystačí na jednu porci. Pokud vám zbyde čistý vývar, neváhejte ho využít pro přípravu kterékoliv Prodietix polévky. Tímto způsobem můžete získat ještě více z vašeho kuřecího vývaru. Dobrou chuť