



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Grønnsakssuppe med rotgrønnsaker og magre kjøttpølsler

Grønnsakssuppe

1 pakke grønnsaksbuljong
1 pakke hønsebuljong
200 g gulrøtter
300 g kålrot
1 stk purre
350 g poteter
200–400 g magre kjøttpølsler
1,2 l vann ^B

Tilbehør

2 stk fullkornspitaer
1 bunt bladpersille

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

Roedeporsjon

Suppe: 500 g Pitabrød: 1 stk
Energiinnhold: ca. 380 kcal.
For deg som registrerer middagen i Roedeappen: 1. Søk etter oppskrift. 2. Legg inn antall porsjoner (ikke mengde i gram).

1. Varm opp stekeovnen til 190 grader varmluft.

2. **Grønnsakssuppe:** Kok opp 1,2 liter vann i en kjele, og ha i buljongen. Skrell gulrøttene og kålroten. Snitt purren på langs, og skyll den i kaldt vann. Kutt gulrøttene, kålroten og potetene i terninger. Kutt purren i skiver, og skjær pølsene i biter.

3. **Grønnsakssuppe, fortsettelse:** Ha gulrøttene, kålroten, purren og potetene i kjelen fra punkt 1. Kok opp, og la suppen småkoke i 15–20 minutter, eller til grønnsakene er møre (se tips). Tilsett pølsebitene når det gjenstår omtrent 5 minutter av koketiden. Smak til med salt og pepper. Juster konsistensen med mer vann om det trengs.

4. **Tilbehør:** Fukt pitabrødene, og stek dem i ovnen i 4–6 minutter før servering. Skyll, tørk og finhakk persillen. Server bladpersillen og pitabrødene til grønnsakssuppen.

5. **Restetips:** Om det skulle være noen rester igjen, egner de seg godt til frysing. Eller kok den opp igjen til lunsj eller middag, innen et par dager.

TIPS!

Om du lar retten koke lenger, vil potetene være med på å jevne suppen, og retten vil ligne en lapskaus. Eventuelt kan du lage stekte pølsler med stekt purreløk, kokte rotgrønnsaker og potetbåter.