



# Hjemmelaget tomatsuppe med egg og gratinerte bagetter med skjørst

## Hjemmelaget tomatsuppe

1 stk gul løk  
 1 stk hvitløksfedd  
 ½–1 stk rød chili  
 1 flaske moste tomater  
 1 pakke oregano  
 1–2 pakke grønnsaksbuljong  
 1 ts olje <sup>B</sup>  
 2–3 dl vann <sup>B</sup>

## Gratinerte bagetter

½ pakke grove bagetter  
 ½ pakke skjørst  
 ½–1 pakke chiliflak  
 1 ss olivenolje <sup>B</sup>

## Egg

2 stk egg

## Tilbehør

1 pakke gressløk  
 1 pakke guacamole

salt <sup>B</sup>

pepper <sup>B</sup>

sukker <sup>B</sup>

bakepapir (kan sløyfes) <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

## Roedeporsjon

**Roedeporsjon** : Tomatsuppe:

350 g Bagette: 1/4 stk Egg: 1

stk guacamole: 1 ss

Energiinnhold: ca.

440 kcal. For deg som

registrerer måltidene i

Roede-app eller roede.com,

registrer middagen i

porsjoner: 1. Søk etter

skrift. 2. Legg inn antall

porsjoner (ikke mengde i

gram). Viste du at skjørsten fra Røros er en ferskost laget av syrnet melk og

melkesyrekultur? Den er sunn, mettende og nesten uten fett!