



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Hjemmelaget tomatsuppe med egg og gratinerte bagetter med skjørst

Hjemmelaget tomatsuppe

1 stk gul løk
1 stk hvitløksfedd
½–1 stk rød chili
2 bokser hakkede tomater
1 pakke oregano
1 pakke grønnsaksbuljong
1 ts olje ^B
2–3 dl vann ^B

Gratinerte bagetter

½ pakke grove bagetter
½ pakke skjørst
½–1 pakke chiliflak
1 ss olivenolje ^B

Egg

2 stk egg

Tilbehør

1 pakke gressløk
½–1 pakke yoghurt naturell
salt ^B
pepper ^B
sukker ^B
bakepapir (kan sløyfes) ^B

^B Basisvare

Roedeporsjon

Roedeporsjon : Tomatsuppe:

350 g Bagett: 1/4 stk Egg: 1
stk Yoghurt: 2 ss

Energiinnhold: ca.

410 kcal. For deg som

registrerer måltidene i

Roede-app eller roede.com,

registrer middagen i

porsjoner: 1. Søk etter

skritt. 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!

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.

2. **Hjemmelaget tomatsuppe:** Skrell løken og hvitløken, og skyll chilen. Grovhakk løken, hvitløken og chilen.

3. **Hjemmelaget tomatsuppe, fortsettelse:** Varm opp en kjele til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek løken, hvitløken og chilen i omtrent 3 minutter, til det er blankt. Tilsett de hakkede tomatene, oreganokrydderet, buljongen og 2–3 dl vann. Skyll ut boksene med de hakkede tomatene med litt av vannet, og ha det i kjelen. Kok opp, og la suppen småkoke i 10–15 minutter. Kjør suppen glatt med en stavmikser. Ha litt mer vann i suppen hvis du synes den blir for tykk. Smak til med sukker, salt og pepper.

4. **Gratinerte bagetter:** Del bagettene i to på langs, og fordel dem utover et stekebrett med bakepapir. Topp brødene med skjørsten, chiliflakene og 1 ss olivenolje. Stek bagettene i ovnen i 8–10 minutter, til osten er gyllen. Del bagettene i mindre biter før servering.

5. **Egg:** Kok opp vann i en kjele. Kok eggene i 7–8 minutter, da er eggene smilende. Hell av vannet, avkjøl eggene i kaldt vann, og skrell og del dem i to.

6. **Tilbehør:** Skyll, tørk og finhakk gressløken. Ringle yoghurten over suppen ved servering, og topp med gressløken.



TIPS! Søk etter skritt. 2. Legg inn antall