



 2 PORTIONER

 4 DAGES HOLDBARHED

 30 MIN. TILBEREDNING

Vietnamesisk Pho Bo suppe med oksestrimler og nudler



SUND

Sunde, nøglehulsmærkede retter på bare 20-30 min

Det skal du bruge

1 terning bouillon okse
1 stilk citrongræs
20 g ingefær
2 stk stjerneanis
100 g nudler fuldkorn
1 stk porre
½ stk squash
75 g markchampignon
50 g bønnespirer
50 g sukkerærter
7½ g krydderurteblanding (koriander)
7½ g krydderurteblanding (mynte)
250 g strimler af oksekød
salt
peber

Du skal selv have:

Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Kog 6 dl vand til bouillon. Snit citrongræs i tynde ringe, skræl ingefær og skær i skiver.
- 2 Læg ingefær, citrongræs, bouillonterning og 2 stjerneanis i en stor gryde, hæld kogende vand over og lad simre 15 min.
- 3 Kog 100 g nudler i rigeligt letsaltet vand i 5 min. Hæld i en si og skyl med koldt vand.
- 4 Skyl og tør porre, ½ squash, svampe, bønnespirer, ærter og krydderurter.
- 5 Skær porre i tynde strimler. Skær squash i små tern. Del svampene i 6 dele. Skær ærterne en gang over. Hak krydderurterne.
- 6 Tilsæt kødet til suppen efter de 15 min. Læg låg på med det samme og lad stå ved lav varme i 1 min. Tilsæt porrer, squash og svampe, læg låg på og lad stå 2 min.
- 7 Lige inden servering lægges bønnespirer og ærter i suppen. Smag til med salt og peber.
- 8 Læg nudlerne i gryden, drys med krydderurter og servér.

Næringsværdier



Energi pr. portion: 1.180 kj / 282 kcal

Indhold

Pr. portion

Fedt	3,5 g
heraf mættede fedtsyrer	0,7 g
Kulhydrat	47,0 g
heraf sukkerarter	10,7 g
Protein	15,7 g
Salt	3,4 g
Kostfibre	14,4 g

Allergener



Æg, Gluten, Mælk, Selleri, Sennep, Soja

Se indholdsdeklaration på bouillon på
retnemt.dk/ingredienslister



Vidste du at..

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.

Vi også har en app, som hedder 'RetNemt'. I app'en kan du nemt og hurtigt ændre din bestilling og valg af retter.