



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



25 MIN. TILBEREDNING

Toscansk suppe med okse og bønner

Det skal du bruge

½ dåse bønnemix
½ stk løg
½ stk hvidløg solo
200 g hakkede tomater
1 stilk bladselleri
½ stk gulerod
300 g oksesteg af tykkam
⅓ pose bouillon, grøntsag
100 g kålmix
2 stk brød
½ tsk timian

Du skal selv have:

Olivenolie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Grøntsager:** Pil løg og hvidløg og hak dem fint. Skræl gulerod, skyl bladselleri og skær begge dele i tern.
- 2 Oksekød:** Skær kødet i små tern 1x1 cm.
- 3 Suppe:** Varm lidt olivenolie i en gryde og steg grøntsagerne 2-3 min. Kom hakkede tomater og 2 dl vand i. Tilsæt bouillon, drænedede bønner, timian og oksekød. Lad det småsimre under omrøring i 10 min. Kom kålen i og kog yderligere 2 min. Spæd til med vand, hvis suppen bliver for tør. Smag til med salt og peber.
- 4 Brød:** Lun brødet i en brødrister.
- 5** Servér den varme suppe med brød til.

Allergener

Byg, Hvede, Rug, Selleri

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.



Næringsværdier

Energi pr. portion:	2.565 kj / 613 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	23,0 g
heraf mættede fedtsyrer	9,0 g
Kulhydrat	59,0 g
heraf sukkerarter	11,1 g
Protein	42,6 g
Salt	2,6 g
Kostfibre	15,1 g