



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



40 - 50 MIN. TILBEREDNING

Ungarsk gullaschsuppe

Det skal du bruge

1 stk løg
415 g strimler af oksekød
1½ spsk paprika
2 tsk spidskommen
3 poser oksebouillon
3 stk bagekartofler
1½ stk rød peber
2 dåser hakkede tomater
1 stk foccacia brød
2 stk brød

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1** Hak løget. Brun oksekød og løg i olie ved god varme i ca. 3 min. Krydr med paprika og spidskommen. Tilsæt bouillon og 1½ ltr vand og bring i kog.
- 2** Skræl kartoflerne. Skær kartofler og peberfrugt i tern ca. 2x2 cm. Kom kartofler, peberfrugt og hakket tomat i gryden. Tilføj ½ tsk salt og lad det koge for svag varme i 30 min.
- 3** Lun foccacia brødet på brødristeren.
- 4** Smag suppen til med salt og peber og servér den rygende varm med lunt brød.
- 5** **DAG 2:** Sæt suppen over og lun den godt igennem ved middel til svag varme ca. 12 min. Flæk bollerne og varm dem på brødristeren.

Allergener

Gluten, Hvede

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: 2.877 kj / 688 kcal

Indhold Pr. portion

Fedt	8,1 g
heraf mættede fedtsyrer	2,0 g
Kulhydrat	112,3 g
heraf sukkerarter	20,2 g
Protein	41,4 g
Salt	4,4 g
Kostfibre	11,1 g