



 2 PORTIONER

 4 DAGES HOLDBARHED

 30 - 40 MIN. TILBEREDNING

Vietnamesisk Pho Bo suppe med oksestrimler og nudler

Det skal du bruge

1 stilk citrongræs
½ stk ingefær
½ pose asiatisk mix med fennikel og anis
1 pose oksebouillon
125 g fuldkornsnudler
1 stk porre
½ stk squash
125 g markchampignon
75 g sukkerærter
½ pakke koriander, frisk
½ pakke mynte, frisk
1 stk gulerod
275 g strimler af oksekød
½-1 spsk fiskesauce

Du skal selv have:

Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Suppe:** Bring 7 dl vand i kog i en stor gryde. Fjern de yderste grove blade på citrongræs og skræl ingefær. Snit begge i tynde skiver. Kom det i vandet sammen med asiatisk mix og bouillon og lad det simre 15 min.
- 2 Nudler:** Kog nudler i rigeligt letsaltet vand i 5 min. Hæld i en si og skyl med koldt vand.
- 3 Grøntsager:** Skyl porre, squash, svampe, ærter og krydderurter. Skær porre i tynde strimler. Skær squash i små tern. Del svampene i 6 dele. Skær ærterne over på midten. Hak krydderurterne. Skræl gulerod og skær i tynde tændstikker eller riv groft.
- 4 Pho Bo:** Kom kødet i suppen, læg låg på og lad den stå på lav varme i 1 min. Tilsæt porrer, squash og svampe, læg låg på igen og lad stå 2 min. Læg gulerødder og ærter i suppen lige inden servering. Smag til med salt, peber og fiskesauce.
- 5 Servering:** Fordel nudlerne i serveringsskåle og hæld suppen over. Top med krydderurter og servér.

Allergener

Fisk, 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: 2.093 kj / 500 kcal

Indhold Pr. portion

Fedt 6,8 g
heraf mættede fedtsyrer 2,7 g

Kulhydrat 60,4 g
heraf sukkerarter 15,3 g

Protein 49,4 g

Salt 3,1 g

Kostfibre 16,3 g