



Detta recept är ett samarbete med ViktVäktarna. Har du frågor om receptet eller ViktVäktarnas program, hör av dig till matkasse@viktvaektarna.se



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden.

🕒 30 - 40 min 👤 2 PORTIONER

Points®värde per portion

9

Potatis- och purjolökssoppa med kycklingbacon

Potatis- och purjolökssoppa

Purjolök ½ st
 Potatis 250 g
 Morötter 300 g
 Vitlök 1 klyfta
 Kycklingbacon 1 förp
 Milda mat 4% 2 ½ dl
 🏠 Flytande margarin ½ tsk
 🏠 Vatten 3 dl
 🏠 Kycklingbuljong 1 tärning
 🏠 Salt 1 krm
 🏠 Svartpeppar

Till servering
 Bladpersilja 20 g

- Förberedelser:** Strimla purjolök. Skala och tärna potatis och morötter. Hacka vitlök och strimla kycklingbacon.
- Potatis- och purjolökssoppa:** Hetta upp flytande margarin i en stekgryta. Fräs kycklingbacon ca 3 min. Tillsätt purjolöken och fräs ca 5 min, tills löken mjuknat något. Blanda ner potatis, morötter och vitlök, fräs ytterligare ca 2 min. Häll på vatten, smulad kycklingbuljong och salt. Koka upp och sjud på svag värme ca 12 min.
- Potatis- och purjolökssoppa:** Rör ner Milda mat och koka upp och sjud ca 5 min, tills potatisen mjuknat. Smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.
- Hacka bladpersilja. Lägg upp potatis- och purjolökssoppa med kycklingbacon i djupa tallrikar, toppa med persilja. Servera direkt!