

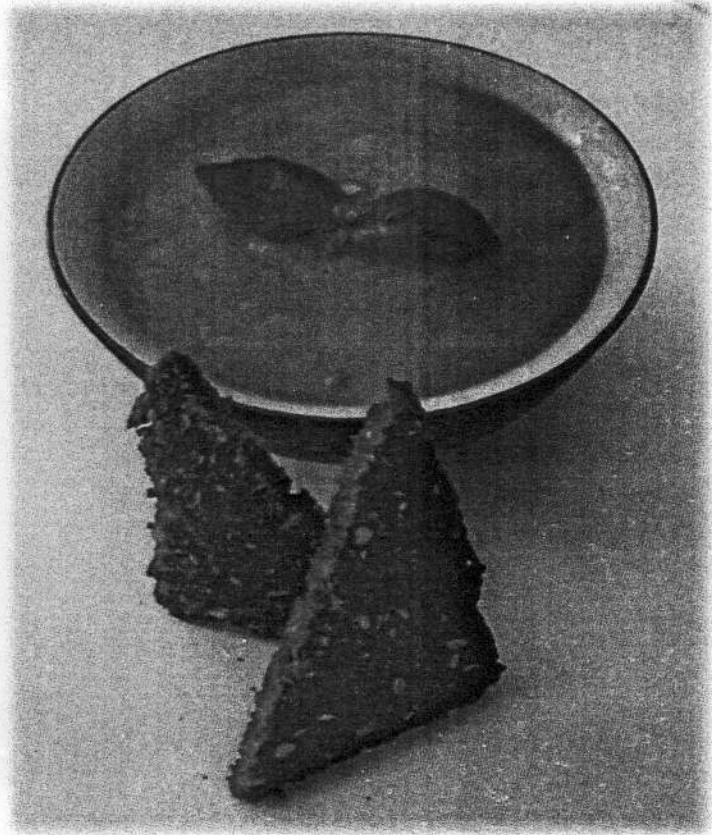


Tilberedningstid: 30 min.

Kartoffelsuppe

Ingredienser:

- 200 g porre
- 250 g kartofler
- 2 løg
- ½ liter hønse- eller grønsagsbouillon
- 1 dl minimælk
- 1 fed hvidløg
- Salt og peber
- Evt. lidt frisk eller tørret timian
- 2 skiver rugbrød



Fremgangsmåde:

- Skræl kartoflerne, pil løgene og rens porrerne og skær det hele i små tern.
- Kog kartofler, porre, hvidløg og løg i bouillon under låg i 15 minutter.
- Blend grønsagerne med en stavblender.
- Tilsæt mælk og smag til med salt og peber.
- Rist rugbrødet og skær det over på tværs og servér det til suppen.
- Pynt evt. med lidt grønt.

Energi pr. person:
1574 kJ / 377kcal

Protein	14 %
Kulhydrat	80 %
Fedt	6 %
Kostfibre	11.2 g

Du kan vælge at udskifte porre og løg med andre grønsager alt efter årstid og smag.