



Hozzávalók:

4 sárgarépa, 2 petrezselyemgyökér, 1-1 kisebb cikk kelkáposzta és zeller, 1 kisebb vöröshagyma, 2 gerezd fokhagyma vagy fél kiskanál fokhagymakrém, 1 mokkáskanál sűrített paradicsom, 1 kis csokor petrezselyem, só, néhány szem fekete bors a gombás derelyéhez:

20 dkg finomliszt, 2 tojás, só, 3 evőkanál olaj, 25 dkg csiperkegomba, 1 kisebb vöröshagyma fele, őrölt fekete bors, 1 evőkanál zsemlemorzsa, fél kiskanálnyi apróra vágott petrezselyem a tészta nyújtásához:
finomliszt

1. Az összes zöldséget megtisztítjuk, kivéve a vöröshagymát, mert azt elég csak alaposan megmosni, héjastól kerül majd a levesbe. A répát, a gyökeret, a kelkáposztát és a zellert földaraboljuk, majd húsdarálón ledaráljuk vagy a reszelő kis lyukú oldalán lereszeljük, de az is jó, ha a gyorsvágógépben aprítjuk föl. Mindezeket a jól megmosott héjas vöröshagymával és a fölszeletelt fokhagymával (fokhagymakrémmel) együtt egy fazékba szórjuk. 2,5 liter hideg vízzel fölöntjük, a sűrített paradicsomot és a petrezselymet - ebből előtte annyit vágunk finomra, amennyi a derelyébe kell - belerakjuk. Megsózzuk (kezdjük 1 csapott evőkanállyal), a borssal fűszerezük. Közepes lángon fölforraljuk, majd a lehető legkisebb lángra állítjuk, és így főzzük 1,5 órán át. Amikor kész, konyharuhán átszűrjük.
2. Amíg a leves fő, elkészítjük a betétjéül szolgáló derelyét. Ehhez a lisztből a tojásokkal, csipetnyi sóval, és 1-2 evőkanál hideg vízzel tésztát gyúrunk, cipóvá gömbölygetjük, és olajjal leheletvékonyan lekenve, letakarva félretesszük.
3. A gombát és a hagymát megtisztítjuk, mindkettőt finomra (nagyon apróra) vágjuk. A maradék olajat egy serpenyőben kissé megforrósítjuk, a hagymát rádobjuk, kevergetve 1 perc alatt megfonnyasztjuk - ha hagymakrémet használunk, azt nem kell külön megpirítani. A gombát hozzáadjuk, 5-6 percig kevergetve pirítjuk. A vége felé megsózzuk, megborsozzuk, a zsemlemorzsa belekeverjük, a finomra vágott petrezselyemmel fűszerezük.
4. A tésztát enyhén meglisztezett gyúrolapon jó vékonyra nyújtjuk. Egyik felükre a gombás masszából kiskanálnyi halmokat rakunk (praktikusan 15-öt, hogy 3 derelye jusson mindenkinek), majd a tészta másik felét ráhajtjuk, és a töltelék körül tenyerünk élével

Zöldségerőleves gombás derelyével

lenyomkodjuk. Éles késsel vagy derelyevágóval földaraboljuk. Enyhén sózott, forrásban lévő vízben kb. 10 perc alatt megfőzzük, leszűrjük, leöblítjük. Tálaláskor a levesben megforrosítjuk.

5 főre

Elkészítési idő: 2 óra 20 perc

Egy adag: 334 kcal • fehérje: 13,8 gramm • zsír: 9.0 gramm • szénhidrát: 49,4 gramm • rost: 10,5 gramm • koleszterin: 72 milligramm