



Hozzávalók:

1 közepes vöröshagyma, 2 közepes sárgarépa, 1 petrezselyemgyökér, öklömnyi zellergumó, 1 csokor petrezselyem, 2-3 ág zellerzöld, 3 evőkanál olaj, 1 csapott evőkanál jóféle pirospaprika, kb. 1 csapott evőkanál só, fél mokkáskanál őrölt fekete bors, 1 kiskanál kristálycukor

a galuskához:

1 tojás, 10 dkg finomliszt, csipetnyi só, 0,5-0,75 dl hideg víz

1. Az összes zöldséget megtisztítjuk. A hagymát finomra aprítjuk, a répát és a gyökeret 3 milliméter vastagon felszeleteljük - ha túl vastagok, akkor félbevágva szeleteljük föl, a zellert 1,5 centis kockákra, a petrezselymet meg a zellerzöldet finomra vágjuk.
2. Az olajat egy fazékban kissé megforrósítjuk, a hagymát rádobjuk és kevergetve, közepes lángon 3-4 perc alatt megfonnyasztjuk. A gyökeret és a zellert ráadjuk, közepes lángon 2 percig pirítjuk, majd következik a sárgarépa. További 4-5 percig pirítjuk-pároljuk.
3. A pirospaprikával meghintjük, kevergetve fél percig pirítjuk, majd 1,2 liter vízzel fölöntjük. Többször megkeverve fölforraljuk, közben megsózzuk, megborsozzuk, a petrezselymet és a zellerzöldet beleszórjuk, a cukorral ízesítjük. Ha forr, kis lángra állítjuk.
4. A galuskához a tojásból a liszttel, csipetnyi sóval és annyi vízzel, hogy közepesen kemény tészta legyen belőle, galuskatésztát keverünk. hagyományos módon a levesbe szaggatjuk, 3-4 percig főzzük, ezalatt éppen megpuhul a levesben minden. Megkóstoljuk, ha kell utánaízesítjük.

Jó tanács

- Ízesíthetjük 1 gerezd zúzott fokhagymával is, amit a zellerrel együtt keverünk hozzá.

4 főre

Elkészítési idő: 45 perc

Egy adag: 293 kcal