Hozzávalók:
2 sárgarépa, 1 kisebb karalábé, 1 kisebb zellergumó fele (lehet helyette petrezselyemgyökér is), 1 cikk kelkáposzta, arasznyi póréhagyma vagy 1 vöröshagyma, 10 dkg csiperkegomba, 5 dkg sertészsír vagy tisztított vaj (ghí), 10 dkg fagyasztott zöldbab, 1,2 liter szűrt tyúkhúsleves (vegetáriusoknak zöldségalaplé), só, őrölt fekete bors, fél csokor petrezselyem

1. Az összes zöldséget megtisztítjuk. A répát, karalábét és zellert gyufaszálnyi csíkokra, a kelt kisujjnyi széles csíkokra, a pórét félkarikákra, a gombát csíkokra vágjuk.
2. Egy fazékban a zsírt fölolvasztjuk és a zöldségeket rászórjuk. Kevergetve pár perc alatt megforrósítjuk, rárakjuk a babot, és annyi levest öntünk rá, amennyi éppen ellepi. Kis rést hagyva lefödjük, és kis lángon főzzük kb. 10 percig, hogy a zöldségek roppanósra puhuljanak.
3. Ekkor ráöntjük a többi levest, fölforraljuk, kissé megsózzuk, megborsozzuk, a fölaprított petrezselyemmel fűszerezzük.

Jó tanács
– Ha Bonduelle fagyasztott Vapeur zöldbabbal főzzük, akkor azt a főzés vége előtt 4-5 perccel tegyük a levesbe, mert ennek kevesebb főzés is elég.

4 főre
Elkészítési idő: 30 perc

Egy adag: 172 kcal • fehérje: 5,7 gramm • zsír: 10,5 gramm • szénhidrát: 13,6 gramm • rost: 6,6 gramm • koleszterin: 29 milligramm
A recept elkészítése IDE KATTINTVA a YouTube-on is megtekinthető.