Hozzávalók:
50 dkg darált sertéshús vagy pulykacombfilé, de lehet marhahús vagy érlelt, kicsontozott, darálni való szarvas-, őz- vagy vaddisznóhús is, 1 zsemle, 1 tojás, 1 csapott kiskanál só, 1 mokkáskanál őrölt fekete bors, 1 közepes vöröshagyma, 4 evőkanál olaj, 2 közepes petrezselyemgyökér, 3 sárgarépa, 1 kisebb karalábé, fél zeller, 1 evőkanál finomliszt, 1 kiskanál jóféle pirospaprika, 1 evőkanál ételízesítő por, jó maréknyi zöldbab (fagyasztott is lehet), 1 kiskanál apróra vágott tárkonylevél, pár csepp tárkonyecet

1. A húst – miután az esetleg rajta maradt hártyákat lefejtettük róla – ledaráljuk, majd a hideg vízbe áztatott és kifacsart zsemlével, a tojással, a sóval és a borssal összegyúrjuk.
2. A lehéjazott vöröshagymát finomra vágjuk, és az olajon, kis lángon párolni kezdjük. A többi zöldséget megtisztítjuk, kisujjnyi hasábokra vágjuk, és a hagymára dobjuk. Nagy lángon pirítjuk 2-3 percig, azután a liszttel és a paprikával meghintjük. Kevergetve 1 percig sütjük, majd kb. 1,7 liter vízzel fölöntjük. Az ételízesítőt és a zöldbabot hozzáadjuk, nagy lángon fölforraljuk.
3. A húsos masszából 18 kis gombócot formálunk, a levesbe rakjuk. Kis lángon kb. 25 percig főzzük, végül a tárkonnyal fűszerezzük, az ecettel kellemesen pikánsra ízesítjük. Aki szereti, tejszínnel vagy tejföllel is dúsíthatja.

6 főre
Elkészítési idő: 1 óra
Egy adag: 285 kcal