Hozzávalók:
1 kg húsos karajcsont és a tarjacsont, 3 közepes sárgarépa, 2 közepes petrezselyemgyökér, 1 gerezd fokhagyma, 1-1 kis darab zeller, karalábé és kelkáposzta, só, 1 mokkáskanál egész fekete bors
a tálaláshoz:
cérnametélt (lehet másféle száraztészta is), ecetes torma, mustár, puha kenyér

1. A csontot jól megmossuk, egy fazékba rakjuk, 2 liter hideg vizet ráöntünk. Fölforraljuk, keletkező szürkés habját szűrőlapáttal vagy kis teaszűrővel leszedjük.
2. A kétféle répát megtisztítjuk, keresztben is, hosszában is félbevágjuk. A hagymát héjastól jól megmossuk, a fokhagymát meghámozzuk. Mindezeket a fazékba rakjuk a megtisztított zellerrel, karalábéval és kelkáposztával együtt. Idényben 1-1 paradicsomot meg zöldpaprikát is hozzáadhatunk.
3. Kb. 1 csapott evókanál sót szórunk bele, az egész borssal fűszerezzük, tehetünk bele 1 mokkáskanál csípős paprikakrémet is, majd kis lángon, ügyelve, hogy csak gyöngyözve forrjon, 1,5-2 órán át főzzük. Leszűrve, a benne főtt zöldségekkel és a külön kifőzött, leszűrt tésztá- val tálaljuk.
4. A forró húsos karajcsontot külön, ecetes torma, mustár és puha kenyér kíséretében adjuk asztalra.

Jó tanács
– Amikor a levest megsózzuk, 1 mokkáskanálnyi pirospaprikát is beleszórhatunk, hogy szebb színe legyen, de kerülhet bele 1 csapott kiskanál sűrített paradicsom (paradicsompüré) is.
– A leves tészta nélkül lefagyasztható.
– Aki paleo életmódot folytat vagy lisztérzékeny, cérnametélt helyett édesburgonyából készült üvegtésztával tálalja.

4 főre
Elkészítési idő: bő 2 óra
Egy adag (kenyér, mustár és torma nélkül): 265 kcal