

Medvehagyma-krémleves camemberttel



Fotó: Balogh Tamás

Hozzávalók:

1 csokor (25 dkg) medvehagyma, 5 dkg vaj vagy sütőmargarin, kb. 6 dl húsleves (leveskockából is főhet), 1 evőkanál finomliszt, 2 dl főzőtejszín vagy tejföl (a legjobb felesben), 0,5 dl zamatós fehérbor, só, őrölt fekete bors, 1 dl tej, 1 zsemle, 2 evőkanál olaj, 2 gerezd fokhagyma, 1 kis doboz (10 dkg) camembert sajt

1. A medvehagyma leveleit a szárról lecsipkedjük, éppen úgy, mint a spenót esetében. A leveleket megmossuk, leszárogatjuk, metéltre vágjuk. A vajat egy lábasban megolvasztjuk, a medvehagymát rádobjuk, kevergetve 2 perc alatt megfuttatjuk.
2. A levessel fölöntjük, nagy lángon fölforraljuk, majd lefödve, kis lángon 4-5 percig főzzük. A lisztet a tejszínben simára keverjük, a bort is hozzáöntjük, majd a levesalapot ezzel sűrítjük, 1-2 percig forraljuk. Enyhén megsózzuk, megborsozzuk, majd merülőmixerrel „turmixoljuk”, a tejjel krémleves sűrűségűre hígítjuk.
3. A zsemlet félcentis kockákra vágjuk és egy serpenyőben, a megforrósított olajon megpirítjuk, a vége felé a zúzott fokhagymával fűszerezzük.
4. A sajtot kicsit nagyobb kockákra vágjuk mint a zsemlet, majd levesestányérokba rakjuk, a forró krémlevest rámerjük. A fokhagymás zsemlekockát csak az utolsó pillanatban szórjuk bele, nehogy elázzon.

4 főre

Elkészítési idő: 35 perc

Egy adag: 427 kcal • fehérje: 9,5 gramm • zsír: 34,8 gramm • szénhidrát: 18,6 gramm • rost: 2,5 gramm • koleszterin: 71 milligramm