



Hozzávalók:

3-3 sárgarépa, petrezselyemgyökér és burgonya, fél fej karalábé, 1 cikk zeller (általában feleakkora, mint a karalábé), 1 kis vöröshagyma, só, 1,2 kg frissen kifejtett vagy fagyasztott zöldborsó, 1 tyúkhúsleveskocka vagy 1 kiskanál házi ételízesítő por, 8 evőkanál olaj, 3 evőkanál finomliszt, 1 evőkanál pirospaprika, 1 csokor petrezselyem

1. Az összes zöldséget megtisztítjuk, és a hagyma kivételével kis kockákra vágjuk, a hagymát kettéhasítjuk. 3 liter vizet kb. 1 evőkanál sóval fölforralunk, a zöldségeket beleszórjuk. Közepes lángon, lefödve 5 percig főzzük. Hozzáadjuk a zöldborsót, belemorzsoljuk a leveskockát, és lefödve szűk negyedóra alatt puhára főzzük.
2. Közben az olajból és a lisztből zsemleszínű rántást készítünk. A tűzről lehúzva pirospaprikával színezzük, és megvárjuk, amíg kihűl. 1-2 merőkanálnyi a levesből (a sűrűje nélkül) belemerünk, simára keverjük, a levesbe öntjük. 2-3 percig forraljuk, ezalatt kissé besűrűsödik.
3. Lefedve hagyjuk kihűlni, ugyanis egy kis idő vagy akár egy nap elteltével (persze ilyenkor hűtőbe kerül) kicsit összeérik és még finomabb. Tálaláskor, miután a hagymát kidobtuk belőle, a tetejét fölaprított petrezselyemmel megszórjuk.

8 főre

Elkészítési idő: 50 perc

Egy adag: 191 kcal • 6,7 g fehérje • 8,1 g zsír • 22,6 g szénhidrát • 9,2 g rost • 0 mg koleszterin