



Hozzávalók:

3 sárgarépa, 2 petrezselyemgyökér, 5 dkg zsír vagy 5 evőkanál olaj (lehet kb. 15 dkg szalonna is), 1 csapott evőkanál jóféle pirospaprika, 1 fej vöröshagyma, 2 gerezd fokhagyma, só, fél kiskanál őrölt fekete bors, 20-25 dkg füstölt kolbász (olyan fajta, amelyik jól szeletelhető, elég kemény és nem fő szét)

a nokedlihez:

30 dkg finomliszt, 2 tojás, só, kb. 2 dl hideg víz

1. A vegyes zöldségeket megtisztítjuk, 0,5 centi vastag karikákra vágjuk. A zsírt egy lábasban - nyáron bográcsban -, közepesen erős tűz fölött fölolvastjuk, majd a zöldséget belerakjuk. Keverve, rázogatva 4-5 perc alatt megfuttatjuk, a pirospaprikával meghintjük, elkeverjük, nyomban, nehogy a paprika megégjen, kb. 2,5 liter vízzel fölöntjük. A tüzet megerősítve vagy a bográcsot lejjebb engedve fölforraltjuk. Közben belerakjuk a megtisztított, de egészben hagyott vöröshagymát és a zúzott fokhagymát is. Megsózzuk - kezdjük 1 csapott evőkanálnyival, de ne többel, hisz a később belekerülő kolbász is ízesíti, sózza a levest -, megborsozzuk.
2. A kolbászt, miután bőrét lehúztuk, karikákra vágjuk, a zöldséges levesalapba rakjuk. A tüzet mérsékeljük alatta (feljebb emeljük a bográcsot) és 15-20 percig, pontosabban addig főzzük, míg a zöldségek roppanásra puhulnak. Ekkor a vöröshagymát kiemeljük belőle.
3. Ezalatt a lisztből a tojásokkal, kb. fél kiskanál sóval és a vízzel galuskatésztát keverünk. Egy vágódeszkáról a kés fokával vagy egy levesbe mártott kiskanállal a levesbe szaggatjuk. Éppen csak kb. 3 percet kell fornia, ekkor ha kell, utána sózzuk, fűszerezük, és már kész is.

6 főre

Elkészítési idő: 50 perc

Egy adag: 490 kcal • fehérje: 15,2 gramm • zsír: 28,1 gramm • szénhidrát: 44,0 gramm • rost: 6,8 gramm • koleszterin: 102 milligramm