



Hozzávalók:

60 dkg haltej (fagyasztott is lehet), 1 liter passzírozott halászlé alap (készülhet halászlékockából) is, 1 babérlevél, 2 dl tejföl, 1 mokkáskanál őrölt fekete bors, fél citrom facsart leve, 1 kiskanál mustár, só, 1 mokkáskanál csípős paprikakrém (csípős Piros Arany vagy Erős Pista)

1. A haltejet - ha kell - kb. 3 centis darabokra (kockákra) vágjuk, a halalaplébe dobjuk, a babérlevéllel fűszerezzük, 4-5 percig főzzük.
2. A tejfölt a borssal, a citrom levével és a mustárral simára dolgozzuk, majd a halléből egy merőkanálnyit belemerünk. Jól elkeverve a levesbe öntjük, 3-4 percig főzzük - és már kész is. Ha kell, utanasózzuk, a paprikakrémmel tüzesítjük.

4 főre

Elkészítési idő: 20 perc

Egy adag: 462 kcal