



Hozzávalók:

1 közepes vöröshagyma, 3 evőkanál olaj, 30 dkg paraszt- vagy házikolbász (lehet füstölt is), 1 csapott evőkanál jóféle pirospaprika, 25 dkg fagyasztott zöldborsó, 25 dkg fagyasztott zöldbab, 2 gerezd zúzott fokhagyma, fél mokkáskanál őrölt kömény, 1 mokkáskanál csípős Piros Arany vagy Erős Pista, 2 babérlevél, 1 kiskanál só, 1 dl tejföl, 1 dl főzőtejszín, 1 kiskanál finomliszt, fél citrom leve, 1 kiskanál mustár, 1 kiskanál fölaprított friss vagy feleannyi szárított tárkonylevél

1. A hagymát megtisztítjuk, finomra aprítjuk, lábasban, az olajon, kis lángon 5 perc alatt megfonnyasztjuk. A kolbászt - miután bőrét lehúztuk - karikákra szeljük. Igyekezzünk olyan fajtát választani, amelyik szépen vágható, nem esik szét, így biztosan nem is fő szét. A hagymára dobjuk, közepes lángon 1-2 percig pirítjuk.
2. A pirított kolbászt a pirospaprikával meghintjük, elkeverjük, a zöldborsót és a zöldbabot hozzáadjuk. Nagy lángra állítjuk, kb. 1,2 liter vizet öntünk rá. A zúzott fokhagymával, a köménnyel, a paprikakrémmel és a babérral fűszerezük, megsózzuk. 10 percig főzzük, ezalatt a borsó és a bab is megpuhul. Közben a tejfölt a tejszínnel, a liszttel, a citromlével és a mustárral simára keverjük.
3. A levesből fél merőkanálnyit a tejfölös keverékbe teszünk, elkeverjük, majd a főző levesbe öntjük. 2-3 percig kis lángon főzzük, ezalatt leve kissé besűrűsödik. Ha kell, utánaízesítjük, végül a tárkonnyal fűszerezük.

Megjegyzés

- A YouTube-os változat végül 8 főre készült, a következő hozzávalókból:

1 nagyobb vöröshagyma, 3 evőkanál olaj, 40 dkg paraszt- vagy házikolbász (lehet füstölt is), 1 evőkanál jóféle pirospaprika, 40 dkg fagyasztott zöldborsó, 40 dkg fagyasztott zöldbab, 3 gerezd zúzott fokhagyma, fél kiskanál őrölt kömény, 2 liter víz, 1 kiskanál Erős Pista (csípős Piros Arany is lehet), 3 babérlevél, kb. 1 evőkanál só, 2 dl tejföl, 2 dl főzőtejszín, 1 evőkanál finomliszt, 1 kisebb citrom leve, 1 púpozott evőkanál mustár, 1 kiskanálnyi szárított tárkonylevél

Küküllői kolbászleves - készült az OnLive© főzőiskola 1. adásában

4 főre (nagy adagban, szinte egytálételként)

Elkészítési idő: 25 perc

Egy adag: 560 kcal • fehérje: 23,5 gramm • zsír: 42,7 gramm • szénhidrát: 20,0 gramm • rost: 5,1 gramm • koleszterin: 110 milligramm

A recept elkészítése [IDE KATTINTVA](#) a You Tube-on is megtekinthető.