



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **20 perc**



Elkészítés: **25 perc**



Répási Eszter

ZÖLDSÉGES PARADICSOMLEVES

Paradicsomlevesből, mi magyarok, általában azt ismerjük, amely igazi paradicsomot csak ritkán látott. Érdemes most kipróbálni, ezt a zöldségekben (ezáltal rostokban is) gazdag változatot!

HOZZÁVALÓK

400 g
kocktélparadicsom
(vegyesen piros és
sárga)

100 g aszalt
paradicsom
2 db angolzeller
3 db sárgarépa
1 fej vöröshagyma
3 gerezd fokhagyma

15 ml olíva olaj
ízles szerint só
(zöldfűszerekkel
helyettesíthető)
ízles szerint színes bors
3 db babérlevél

ízles szerint rozmaring

ALLERGÉNEK

Gluténmentes
Laktózmentes
Tojásmentes

- 1 A zöldségeket előkészítjük: a hagymát megpucoljuk és felaprítjuk, a fokhagymát megpucoljuk és összezúzzuk, az angolzellert megmossuk, megtisztítjuk, és felszeleteljük, a sárgarépát szintén, a paradicsomot megmossuk és az aszalt paradicsommal együtt cikkekre vágjuk.
- 2 A vöröshagymát megdinszteljük az olíva olajon, majd hozzáadjuk a fokhagymát, aztán pedig az összes többi zöldséget.
- 3 Ízesítjük.
- 4 Felengedjük kb 1 liter vízzel, és mindent puhára főzünk.
- 5 Levesbetétként főzhetünk hozzá teljes kiőrlésű tésztát, vagy akár tortellinit is.



**Töltse le további receptjeinket
az auchan.hu/receptek oldalról!**



auchan