



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **30 perc**



Elkészítés:



Kohári Éva

ZÖLDSÉGES SÜTŐTÖKKRÉMLEVES

Az őszi és a téli egyik legkedveltebb levese a sütőtökrémleves. Ezt rengetegféle módon lehet készíteni, én most egy zöldséges verziót hoztam. Akik nem rajonganak annyira a sütőtök ízeért, azok is bátran próbálják ki, szerintem nem fognak csalódni. Mi nagyon kedveljük a csípős ételeket, ezért nem sajnáltam belőle a jalapeño paprikát, de ez természetesen elhagyható. A hagyományos tejszín helyett készíthetjük laktózmentes, illetve növényi tejszínnel is.

HOZZÁVALÓK

100 bacon

1 petrezselyemgyökér

1 zeller

1/2 karalábé

1 krumpli

1/2 vöröshagyma

1 petrezselyem

1 húsléves alaplé

ízlés szerint só

1 szerecsendió

1 őrölt fekete bors

ízlés szerint zöld

jalapeño paprika

150 őztejszín vagy

növényi tejszín

szükség szerint egy

kevés olaj

pirított tökmag

tökmagolaj

tejszín

ALLERGÉNEK

- 1** A bacont vágjuk vékony csíkokra, és pirítsuk ropogósra. Ha szükséges, tegyünk hozzá egy csepp olajat. A ropogós baconchipszet merjük ki az olajból, és tegyük félre a tálalásig.
- 2** A zöldségeket pucoljuk meg.
- 3** A hagymát vágjuk apró kockákra, a sárgaréppát karikázzuk fel, és futtassuk meg a baconból kisült zsíron.
- 4** A többi zöldséget (krumpli, karalábé, fehérrépa) kockázzuk fel, tegyük a lábosba. Öntsük fel az alaplével, szórjuk rá a durvára vágott petrezselymet, és főzzük puhára.
- 5** Az előre megsütött sütőtökseleteket tegyük a levesbe a tejszínnel együtt, és botmixer segítségével turmixoljuk krémesre.
- 6** A levest alaposan forraljuk fel, közben fűszerezzük ízlés szerint sóval, borssal, jalapeñoval (esetleg egyéb chilipaprikával), szerecsendióval.
- 7** A tökmagot egy serpenyőben zsiradék nélkül pirítsuk meg.

Tálaljuk a levest a baconchipszsel, pirított tökmaggal, locsoljuk meg tökmagolajjal, és ízlés szerint tejszínnel.



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

