

Supersnabb, mättande och fantastiskt god grönsakssoppa.

En fantastisk grönsakssoppa som är både supergod och mättande. Den är också otroligt nyttig och trots att de flesta av ingredienserna är råa så upplevs de som tillagade - magiskt! Men det bästa med den här grönsakssoppa är nog att den bara tar en kvart att göra!



2



15 MIN

Soppor

Grönsaksrätter

Veganskt

Grönsakssoppa

Ingredienser:

- 9 dl vatten
- 2 dl ekologiska röda linser
- 2 röda lökar
- 4 blomkålsbuketter
- 4 broccolibuketter
- 3 stora grönkålsblad
- 1 cm ingefära
- 2 vitlöksklyftor
- 1 msk grönsaksbuljong (inte tärning)

Saft från en halv citron

Salt och svartpeppar

Ev. hackad persilja

Gör så här:

1. Hacka lök och vitlök.
2. Koka upp vattnet med linser, lök och buljong i en stor kastrull. Låt koka i 10 minuter.
3. Ta bort kastrullen från plattan och lägg i alla grönsaker och kryddor (förutom persiljan).
4. Mixa med mixerstav tills du fått en grönsakssoppa som fortfarande har små bitar.
5. Pressa i citron och rör om. Smaka av med salt och svartpeppar.
6. Toppa din grönsakssoppa med hackad persilja om du känner för det!

Vin till grönsakssoppan:



Spara i lista

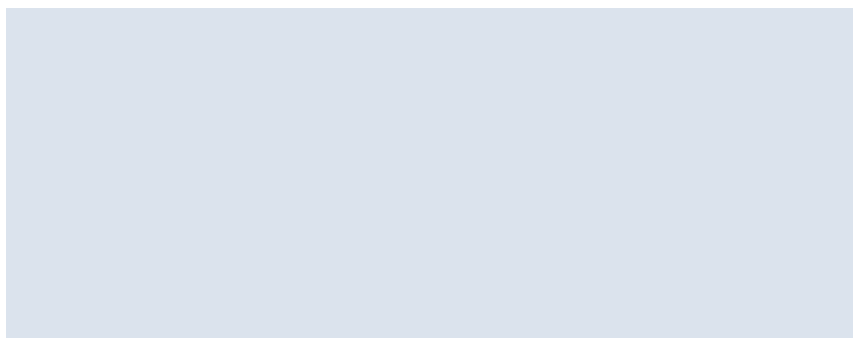
Drostdy-Hof Chardonnay Viognier, box

Systembolagsnummer: 15558

219,00 kr

Till grönsakssoppan passar det mycket bra med ett glas Drostdy-Hof Chardonnay Viognier! Vinet har en fruktig och aromatisk doft av persika, mandarin och nektar. Torr, medelfyllig smak av nektar, persika, citrus och äpple. Balanserad syra och kryddigt avslut med en touch av vitpeppar.

Se också





Morotssoppa med chili och ingefära.

En morotssoppa med mycket smak som passar bra att äta både varm en kylig vinterdag, och kall en solig sommardag..

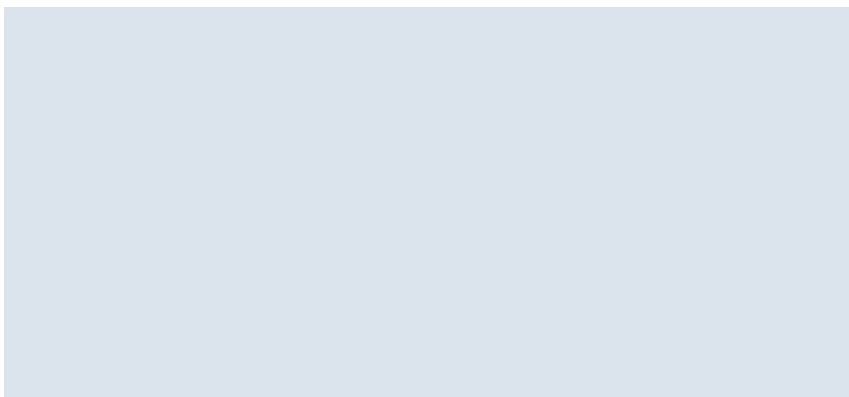
Läs mer



Mustig svampsoppa toppad med madeira.

Laga Linnéas härliga soppa med grädde, svamp och toner av madeira.

Läs mer





Pappa al Pomodoro.

Pappa al pomodoro, tomatsoppa med bröd i, är nästan omåttligt populärt både i och utanför Italien. Laga den så förstår du varför. Recept och vintips.

Läs mer

Utskrift