

# GRØNTSAGSSUPPE



## OPSKRIFT

600 g grove grøntsager.  
Vælg mellem fx:  
Gulerod, kartoffel, pastinak,  
persillerod, porre, selleri

20 g smør  
7 dl vand  
1 hønsebouillonterning  
Lidt salt  
Lidt peber  
Lidt paprika  
1 dl fløde

### Til topping

3 stilke persille

Opskriften er udarbejdet til brug i undervisning i madkundskab i folkeskolen.

Hvis du skal lave mad til en familie på 4 personer derhjemme, skal du regne med at bruge ca. det dobbelte af alle ingredienserne.

## SÅDAN SKAL DU GØRE

1. Vask, rens og skræl grøntsagerne.
2. Skær grøntsagerne i terninger.
3. Kom smørret i en gryde, og smelt det ved god varme.
4. Kom grøntsagerne i gryden, og svits dem.
5. Kom vand og bouillonterning i gryden.
6. Læg låg på gryden. Kog ved svag varme i ca. 20 minutter til grøntsagerne er møre.
7. Tag gryden af varmen.
8. Blend suppen med en stavblender.
9. Kom salt, peber, paprika og fløde i gryden. Rør.
10. Bring suppen i kog.
11. Smag suppen til med salt, peber og paprika.

### Topping

12. Skyl og hak persillen.
13. Drys den hakkede persille på suppen.

## DU KAN OGSÅ

Hvis du vil have en spicy suppe, kan du komme hakket hvidløg og lidt frisk hakket chili i gryden sammen med grøntsagerne.

Spis ristet brød til suppen, eller kom brødcroutoner i suppen.

**MADSNILD**  
– mindre madspild

