



# Rødbedesuppe

med tomat

8 personer

## Ingredienser

300 g rødbeder  
300 g gulerod  
100 g løg  
1 spsk rapsolie  
1 dåse flåede tomater, 400g  
1 liter grøntsagsbouillon  
1 dusk persille  
vand  
2 dl syrnede fløde 9%  
1 tsk sort peber  
1 tsk salt

## Fremgangsmåde

1. Gulerødder og rødbeder skrælles, skæres i tern
2. Løget pilles og hakkes groft
3. Grøntsagerne svitses let ved middelvarme i en gryde, til løgene bliver bløde
4. Bouillon og de flåede tomater tilsættes og grøntsagerne koges under låg i 35 min til rødbederne er møre
5. Retten blendes med en stavblender i gryden
6. Smages til med salt og peber
7. Hak persillen fint

Serveres med syrnede fløde og drys af persille som topping

### Tip!

Hæld den syrnede fløde i en frysepose. Klip et lille hul i hjørnet og pynt med et mønster og drys af persille.

Næringsindhold	Pr. 100 g	Pr. person (418g)
Energi	24 kcal	100 kcal
Protein	1 g	3g
Kulhydrat	2,5g	10 g
Fedt	1 g	5 g