Italiensk soppa

sön, 19/09/2010 - 22:00 Gunilla Ödin

- Veckans recept [1]

Veckans mattips, v.37
Bjuder på en värmande och "billig" soppa nu när kylan börjar smyga sig på. Kan vara bra om man vill äta något lätt inför något stort kalas eller så.

Italiensk soppa
1 portion (0 pp/port)

2 dl passerade tomater
3-4 soltorkade tomater
1/2 gul lök
1/2 dl färsk basilika
1 vitlöksklyfta
3 champinjoner (el annan färsk svamp)
salt, svartpeppar
ev vatten

Dela de soltorkade tomaterna och lägg dem i blöt i de passerade tomaterna c:a 10 min. Hacka basilika och lök, pressa vitlök och dela svampen. Fräs lök, vitlök och svamp i lite vatten och tilsätt sedan tomatpasseringen. Låt koka några minuter och smaka av med basilika, salt och svartpeppar. Tillsätt vatten om konsistensen är för tjock.

Variation om du önskar:
1,5 msk matlagningsyoghurt (0.5 pp)
5 stora svarta oliver utan lag (1 pp)
tre tunna skivor fetaost (max 10%), c:a 30 gr (1 pp)
1 rostad skiva vitt bröd (2 pp)

Smaklig spis!

Källa till webbadress: http://www.xn--din-rna.se/blogg/italiensk-soppa

Länkar:
[1] http://www.xn--din-rna.se/category/artikelkategori/veckans-recept