



## Paszternák krémleves

### Hozzávalók

- 50 dkg paszternák
- 1 db burgonya
- 1 közepes alma
- 1 fej vöröshagyma
- 2 db Maggi Zöldségleveskocka
- 5 g zsályalevél
- 2 dl tej
- 1 tk olaj
- 0.5 db citrom
- 15 dl víz
- 1 csipet só
- 1 csipet feketebors

### Elkészítés

1. Felforraljuk a vizet és elkészítjük a zöldségleves alapot a Maggi Zöldségleveskockával.
2. Egy kevés olajon üvegesre pirítjuk a hagymát, majd beletesszük a paszternákot, a burgonyát és a zsályát. Öt-hat percig pirítjuk.
3. Hozzáadjuk az almát és további egy-két percig pirítjuk.
4. A serpenyő tartalmát az alapléhez adjuk, majd 20 percig főzzük.
5. Ha kész, pürésítjük, majd szitán átpasszírozzuk.
6. A citromlével, sóval és borssal ízlés szerint ízesítjük.

### Tápérték adatok

Szénhidrát	34.64 g
Energia	164.95 kcal
Zsír	2.26 g
Fehérje	3.59 g
Telített zsírok	1.17 g

50 Perc

4 4 servings