

NUDELSUPPE

TIL: 1 KLASSE
TID: 1½ TIME



SÆSON
HELE ÅRET

DET SKAL DU BRUGE

FYLD:

500 g grove grøntsager f.eks. Gulerødder, jordskokker, grønkål, spidskål eller pastinak

500 g fine grøntsager f.eks. Porre, forårsløg, champignoner, spinat, peberfrugt eller majs

375 g nudler (6 reder)

SUPPE:

3 liter bouillon f.eks. Hønsbouillon.

3 spsk revet ingefær

½ dl soya

Saft fra 2-3 lime

Evt. sukker

Evt. chili

SÅDAN GØR DU

FYLD:

1. Forbered dine grove grøntsager ved at skylle dem og skære dem ud i små stykker. f.eks. kan gulerødder og pastinak skæres ud i tændstiktynde stave.
2. Forbered dine fine grøntsager ved at skylle dem og skær dem ud i større stykker end dine grove grøntsager. F.eks. kan porre skæres i ½ cm tynde ringe.
3. Kog nudlerne kort- efter anvisning på pakken. De skal være "al dente" og ikke for bløde.
4. Køl nudler af ved at hælde koldt vand over dem mens de ligger i en sigte.

SUPPE:

1. Få bouillon op og kog i en gryde.
2. Tilsæt ingefær og soya.
3. Tilsæt grøntsagerne og lad det hele koge 5-8 minutter indtil de grove grøntsager er blevet lidt møre.
4. Tilsæt nudler og lad det koge ca. 2 min. mere.
5. Smag til med limesaft, sukker og evt. mere soya og chili.



TIPS OG TRICKS

- Tilsæt evt. en dåse kokosmælk samme med bouillon.
- Server suppen med små skåle med forskellig ingredienser, så hver elev kan blande og tilsmage sig egen suppeskål. Skålene kan f.eks. indeholde: limebåde, hakket frisk koriander, finthakket chili, fiskesovs, soya, ristet sesamfrø, hakket peanuts, rucolasalat, tørret tang.