

INGREDIENSER

1 pakke Hälsans Kök plant-based balls

250 til 300 g blandede svampe (såsom kantareller, kastanjesvampe, knapsvampe)

1 lille gulerod

1/4 fennikel pære

1 lille løg

1000 ml grøntsagsfond (fra 2 bouillonterninger)

150 til 200 ml (vegansk) creme

et par kviste timian (til pynt)

olivenolie til stegning

MADLAVNINGSTIPS

Serveringstip

Denne suppe smager endnu bedre serveret med varmt brød.

SERVING  2 SERVERING

VARIGHED  20 MIN

SVÆRHEDSGRAD  LET

Hvis du føler dig nede på grund af det kolde og regnfulde vejr, vil denne svampesuppe med Hälsans Kök plantebaserede boller helt sikkert booste dit humør!

TILBEREDNINGS INSTRUKTIONER

1. Rens, skær og svits grøntsagerne

Rens grøntsagerne. Skær derefter gulerod, fennikel og løg i små stykker. Svits grøntsagsblandingen i olien, indtil løget er gennemsigtigt. Hak svampene groft, og tilsæt dem i gryden med de andre grøntsager.

2. Tilsæt bouillonblandingen og bring i kog

Når svampene er bløde tilsættes bouillon opløst i vand og bring suppen i kog. Efter et par minutter tilsættes fløden, som røres rundt og derefter bringes i kog igen. Tilsæt eventuelt lidt salt og peber efter præference.

3. Steg Hälsans Kök Plant-based balls

Steg Hälsans Kök Plant-based balls på alle sider i en lille smule olie, indtil de er lysebrune og del dem i suppeskåle eller -tallerkener.

4. Hæld suppen over kuglerne

Hæld suppen med svampe på kuglerne og pynt med timian.

[SE FLERE OPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.DK](#)