



BØRN MED MÆLKEALLERGI

Giv dit barn en god hverdag

TOMATSUPPE

INGREDIENSER:

- 25 g margarine (mælkefri)
- 1 løg skåret i grove stykker (75 g)
- 1 lille grofthakket fed hvidløg
- 3 gulerødder skåret i mindre stykker (175 g)
- 1 dåse hakkede tomater (400 g)
- 1 tsk. tørret basilikum
- 1 liter grøntsagsbouillon (vand med bouillonterning)
- 1,5 tsk. groft salt
- Friskkværnet hvid peber
- 1 tsk. sukker

200 g pasta som tilbehør + evt. brød



SÅDAN GØR DU:

Smelt margارين og svits løg og hvidløg ca. 1 min.

Tilsæt resten af ingredienserne og kog ved svag varme og under låg i ca. 20 min., eller til at gulerødderne er møre.

Herefter blendes suppen med en stavblender.

Bring suppen i kog igen og kom pastaen i. Kog yderligere i 10 min. ved svag varme. Rør af og til.

Smag til og server straks.