



# BØRN MED MÆLKEALLERGI

Genveje til en glad hverdag fra mor til mor

## KARTOFFEL-GULEROD-PORRESUPPE

### INGREDIENSER:

#### 4 personer

400 g skrællede kartofler  
3 mellem store gulerødder  
2 porrer  
3 spsk. olivenolie  
7 dl vand  
1 terning hønsebouillon  
3 dl risdrik eller lign.  
1 dl mælkefri madlavningsfløde (fx iMat fra Oatly)  
Evt. 1 tsk. sukker  
Smag til med salt, peber og citronsaft

125 g ristet bacon i tern til at pynte med



### SÅDAN GØR DU:

Skræl kartofler og gulerødder. Rens porrerne og skær det hele i skiver.

Svits det i olien i en stor gryde. Tilsæt vand og bouillonterning og lad suppen koge ca. 20 minutter under låg.

Kom risdrik og madlavningsfløde i og kog op.

Blend suppen jævn med en stavblender eller i en foodprocessor.

Smag til med salt, peber og citronsaft.

Serveres med lidt ristet bacon på toppen og fx en grovbolle, grov toastbrød eller andet.