



TOMATSUPPE ALA MATSVINN

7, HATTFJELLDAL OPPVEKSTSENTER

INGREDIENSER:

Beregnet til 5 porsjoner

2 stk	Fedd hvitløk
1 stk	Gul løk
6 dl	Grønnsaksbuljong
3 ss	Vita hjertego optimal olje
5 stk	Egg
2 ss	Tomatpure
0.5 ts	Pepper

SLIK GJØR DU:

I FREMGANGSMÅTE

1. Skrell løken og hvitløken, og kutt dem i mindre biter.
2. Stek løken i en kasserolle med 3 ss Vita hjertego optimal olje på middels varme, sånn at blir blank og myk (ca 5 minutter)
3. Tilsett pepper, tomatpuré og basilikum. Skjær tomatene i mindre biter og ha de i kasserolle sammen med løken. Gjør dette glatt med en stavmikser.
4. Ta i buljongen og la suppen putre i ca 10 minutter. Mens suppen putrer koker dere eggene til de blir hardkokt (ca 10 minutter).
5. Stek brødet (som skulle kastes) i stekepannen på middels varme til de blir sprø. Legg til avkjøling og legg de i stenger eller skjær de i stenger eller biter og ha det i suppen ved servering.

Vi kan lage buljongen på forhånd av grønnsaksrester som er fryst ned før de blir ødelagt (eller som er kastet fra butikken).

Vi har valgt å bruke lokalproduserte egg fra Nyseth gård.

Vi har brukt tomater som butikken har kastet fordi det var en liten feil på de. Brødene har vi hentet fra butikken som de måtte kaste fordi kundene ville ha ferske brød, de ville ikke ha gårsdagens brød.