



VEGETARISK

Snabb grönkåls- och blomkålssoppa

Kock: **Frida Lund** Tid: **20 min** Portioner: **2-4**



Jag hann göra denna medan min kille stod i duschen så om du söker efter världens snabbaste soppa är denna det. Mat för två hungriga.



INGREDIENSER

- 1 paket fryst blomkål
- 2 deciliter fryst grönkål
- 1 liten hackad gul lök
- 1 stor finhackad vitlöksklyfta
- 3 deciliter havre imat
- 2 deciliter grönsaksbuljong
- salt
- peppar
- 1 nypa hackad mandel

GÖR SÅ HÄR

- 1** Koka blomkålen mjuk samtidigt som du steker lök, vitlök och grönkål.
- 2** Koka upp grönsaksbuljongen.
- 3** Addera blomkål, lök/vitlök och grönkålsfräset samt grönsaksbuljong i en mixer och mixa.
- 4** Häll tillbaka ner i kastrullen och i med havre iMat, koka upp och smaka av med salt och peppar.