Sárgaborsó-krémleves

Hozzávalók:

- 100 g sárgaborsó
- 10 g vöröshagyma
- 1 vékony gerezd fokhagyma
- 40 g sárgarépa
- 1 evőkanál liszt
- 2 teáskanál vaj
- csipetnyi só
- csipetnyi őrölt bors

Elkészítés:

A sárgaborsót átválogatjuk, majd néhány órára beáztatjuk hideg vízbe. A vöröshagymát és a fokhagymát apróra vágjuk, a sárgarépát felkarikázzuk. Így együtt feltesszük főni. Csipet sóval, borssal ízesítjük. A lisztet száraz serpernyőben zsemleszínűre pirítjuk, majd hozzáadjuk az olvasztott vajat, s ezzel egy picit besűrítjük a levest

Narancsos tonhal

Hozzávalók:

- 100 g tonhal
- 80 g narancshús
- 4-5 közepes méretű mentalevél
- 30 ml olaj

Elkészítés:

A megtisztított tonhalat apróra daraboljuk, kevés olajon a narancs húsával és néhány finomra vágott mentalevéllel együtt megpároljuk. És hogy a narancssárga élmény teljes legyen, tálaljuk répás burgonyapürével :-)

Anyakanyar

Sárgarépa szuflé

Hozzávalók:

- 100 g sárgarépa
- 30 g vaj
- 30 g liszt
- 15 g cukor
- 2 tojás

Elkészítés:

Hámozzuk meg, majd főzzük meg a sárgarépát. Ha már megpuhult, törjük össze villával. Adjuk hozzá az olvasztott vajat, a lisztet, a cukrot és a habosra felvert egész tojásokat. Kivajazott és kilisztezett tűzálló csészékbe helyezzük úgy, hogy csak félig töltse meg őket. 180 fokra előmelegített sütőben 20 perc alatt készre sütjük.

Anyakanyar