

Tejszínes tortellini leves zöldségekkel

HOZZÁVALÓK (4 személyre)

- 1 ek olívaolaj
- 1 közepes hagyma, apróra vágva
- 2 szál szászeller, vékonyan felkarikázva (elhagyható)
- 2 gerezd fokhagyma, zúzva
- 3 nagyobb sárgarépa, felkarikázva
- 1 ek liszt (ha sűrűbb levet szeretnél, de elhagyható)
- kb. 1,2 liter csirke- v. zöldségalaplé
- 1 tk szárított oregánó
- kb. 30 dkg tortellini
- 20 dkg friss spenót
- 1 dl tejszín
- só, frissen őrölt fekete bors

ÍGY KÉSZÍTSD EL

1. Egy nagyobb fazékban melegítsd fel az olívaolajot. Tedd bele az apróra vágott hagymát, zellert, répát és párold kb. 8-10 percig, amíg a sárgarépa kicsit megpuhul.
2. Keverd hozzá a fokhagymát, majd a lisztet (ha használod) és kevergesd 1 percig. Önts fel az alaplével, fűszerezd sóval, borssal és az oregánóval. Lassan forralva főzd 15 percig.
3. Önts hozzá a tejszínt és tedd bele a tortellinit (csak annyit, amennyit megesztek, mert egyébként tárolásnál felszívja az összes folyadékot), főzd 2 percet, majd mehet bele a spenót, amivel már főzni sem kell. Jó étvágyat!

További egészséges, zöldségekkel teli, gyorsan elkészíthető leves receptekért látogass el a <http://vigyazzkeszfozz.hu/receptek/levesek> oldalra.