Kjøtsúpan - 4 fólk

Tilfar:

2 leykir

250 g av malnum neytakjøti (10%)

1½ ltr. av vatni

3 grønmetisbótarmolar

70 g av tomatúrdráttum (1 dós)

2 tesk. av sterkari kilisós

125 g av eggjanudlum

½ tesk. av salti

½ tesk. av pipari

Arbeiðsháttur:

Sker leykirnar smátt og brúnka í einari grýtu saman við kjøtinum.

Koyr vatnið, bótarmolarnar, tomatúrdráttin og kilisósina í og lat kóka undir loki í uml. 5 min.

Koyr eggjanudlurnar í og lat kóka í 5 min afturat.

Smakka til við salti og pipari

Afturvið:

Rugtríkantar og tílíkt

Kinversk súpan - 6 fólk

Tilfar:

2 leykir

1 súpisk. av olju

**1 dl. av leysum rísi**

1½ súpisk. av karry

2 ltr. av vatni

4 høsnabótarmolar

200 g av kalkunkjøti

2 gularøtur

2 tesk. av soyasós

2 tesk. av sitrónsevju

1 dl av rosinum

200 g av rækjum

Salt og pipar

Arbeiðsháttur:

Sker leykirnar smátt

Hita oljuna í einari grýtu og brúnka leykin, rísið og karry

Koyr vatnið og bótarmolarnar í og lat kóka undir loki í uml. 10 min.

Sker kalkunkjøtið í álir, gularøturnar í stavar og koyr í grýtuna saman við soyasósini, sitrónsevjuni og rosinunum

Lat súpanina kóka undir loki í uml. 10 min., koyr rækjurnar í og smakka til við salti og pipari

Afturvið:

Langbreyð og tílíkt