Pakastettu yrtti-vihannessekoitus

Yrtti-vihannessekoitus sopii hyvin keittoihin, spagetin- ja paistinkastikkeisiin tai valkokastikkeeseen, jota tarvitaan lasagnen valmistamiseen. Sitä voi myös lisätä risottoon.

|  |  |
| --- | --- |
| VALMISTELUT: 15 minuuttia  Noin 20 kuutiota | |
| 2 tuoretta | Rosmariinin oksaa |
| 12 | Salvian lehteä |
| 4 | Persiljan versoa |
| 1 pieni nippu | Ruohosipulia |
| 50 g | Porkkanaa silputtuna |
| 50 g | Leikkoselleriä tai sellerin lehtiä silputtuna |
| 50 g | Sipulia tai salottisipulia silputtuna |
| 50 g | Purjoa silputtuna |
| 1. Irrota rosmariinin oksista lehdet. Silppua ne aivan pieniksi yhdessä salvian lehtien ja persiljan kanssa. Silppua ruohosipuli. 2. Sekoita kulhossa porkkana-, selleri-, sipuli- ja purjosilppu sekä silputut yrtit ja ruohosipuli. 3. Pane jääpala-astian lokeroihin ruokalusikallinen seosta, lorauta joka lokeroon runsas ruokalusikallinen vettä ja pakasta. Liimaa nimilaput muovipusseihin ja pussita jäätyneet kuutiot. Säilyy pakastimessa 2 kuukautta. | |

|  |  |
| --- | --- |
| Yhdessä annoksessa | |
| Kaloreita | 4 |
| Rasvaa yhteensä | 0 g |
| Tyydyttyneitä rasvahappoja | 0 g |
| Kolesterolia | 0 mg |
| Proteiineja | 0.5 g |
| Hiilihydraatteja | 0.5 g |
| Natriumia | 6 mg |
| Kuituja | 0 g |
| Sokeria lisätty | 0 |