

VEGANSK

MARITAS SOJAGRYTA

4-6 personer

Ingredienser

200g sojagrytbitar
 1-2 gula lökar
 5-6 morötter
 Sojasås
 2,5-5 dl sojagrädde
 Salt, peppar
 (Grönsaksbuljong)
 Kryddor och örter efter smak



MARITAS SOJAGRYTA

TID: CIRKA EN HALVTIMME

EKOLOGISKT FRÅN BIOFOOD

Många av ingredienserna till våra recept finns hos våra återförsäljare! Se listan på vår hemsida www.biofood.se

TILLAGNING:

Låt grytbitarna sjuda i vatten i ca 2 minuter. Skala och hacka löken, skala och skiva morötterna.

Skölj de färdigsjudna grytbitarna i en sil och låt vattnet rinna av. Bryn bitarna tillsammans med löken och morotsslantarna. Krydda med sojasås efter smak.

Tillsätt sojagrädden och kryddorna, och låt allting koka ihop. Späd eventuellt med buljong eller vatten till önskat resultat.

Servera med potatis, pasta eller råris.




Verkstadsvägen 14
 137 37 Västerhaninge
 Telefon: 08-500 200 00
 Fax: 08-500 242 15
 E-post: info@biofood.se