

# سوپ لبو، سوپ خوشمزه

7 دی 1404

یکی از سوپ‌های پاییزی خوشمزه‌ای که می‌توانید در منزل تهیه کنید، سوپ لبو است. این سوپ با لبو، سیب زمینی و هویج تهیه می‌شود و رنگ بسیار جذابی دارد.

## مواد لازم برای تهیه سوپ لبو

لبو (چغندر) دو تا سه عدد  
سیب زمینی بزرگ یک عدد  
ساقه کرفس یک عدد  
هویج بزرگ یک عدد  
برگ بویک عدد  
رزماری ۱ شاخه  
فلفل چیلی و نمکبه مقدار لازم  
آب مرغبه مقدار لازم  
خامه کاله

## طرز تهیه سوپ لبو

### مرحله اول

برای تهیه این سوپ ابتدا لبوها را شسته و پوست بکنید. سپس داخل یک قابلمه قرار دهید. سیب زمینی و هویج را هم پوست بگیرید و به لبوی داخل قابلمه اضافه کنید.

### مرحله دوم

حالا ساقه کرفس را شسته، خرد کنید و به مواد قبلی اضافه کنید.

### مرحله سوم

برگ بو و شاخه کوچک رزماری را هم به همراه نمک و مقداری پودر چیلی ساییده نشده به مواد قبلی اضافه کنید.

### مرحله چهارم

آب مرغ را روی مواد بریزید و سپس شعله را روشن کنید. صبر کنید تا سبزیجات پخته و نرم شوند.

### مرحله پنجم

حالا برگ بو را از داخل قابلمه بیرون بیاورید و همه مواد را داخل مخلوط کن بریزید و خوب میکس

کنید. می‌توانید به جای مخلوط‌کن از گوشت‌کوب برقی هم استفاده کنید.  
**مرحله ششم**

سوپ لبوی شما آماده است. می‌توانید روی آن را با مقداری خامه غلیظ و ساقه پیازچه خرد شده یا جعفری خرد شده تریین کنید. به عنوان چاشنی می‌توانید از آبلیمو هم استفاده کنید.