

## **Brændenældesuppe**

Suppe af brændenælder smager rigtig lækkert. Især hvis brændenælderne er unge nye skud. Derfor egner denne suppe sig til især at blive spist om foråret.

Brændenælderne kan også bruges senere – men det skal være før de blomstrer.

Man bruger da kun toppen med de øverste 3-4 blad par.

Brændenælder indeholder et helt alfabet af vitaminer. I gamle dage var folk glade, når foråret kom og de kunne supplere vinterens grød og slæbesild med sund, grøn suppe. Beskyt dig med handsker eller plasticposer på hænderne og lange ærmer, når du plukker planterne.

### **Brændenældesuppe 20 personer**

2,5 liter brændenælder

2 store finthakkede løg

6 gulerødder i tern

2 pk. bacon i tern

1 pose perlebyg/spelt

Vand

2 bouillonterninger

Salt og peber

- Skyl brændenælderne godt. Klip eller hak dem i små stykker.
- Svits bacon i gryden.
- Tilsæt løgene og svits dem med.
- Gulerødder, kerner og brændenælder tilsættes og der hældes vand på til det dækker. Tilsæt bouillonterninger.
- Kog til gulerødderne og kernerne er møre – ca. 30 minutter.
- Smag til med salt og peber.