

רכיבים:

2 כפות שמן קנולה

1 בצל, קצוץ וקלוף

1½ כוסות אפונה יבשה

2 גזרים גדולים, קלופים ומגוררים

10 כוסות מים רותחים

3 כפות אבקת מרק עוף

פטרוזיליה קצוצה

אופן ההכנה:

1. מחממים בסיר את שמן הקנולה, מוסיפים את הבצל ומטגנים עד שמזהיב.

2. מוסיפים את האפונה ואת הגזר ומערבבים.

3. יוצקים את המים, מתבלים באבקת המרק ומבשלים במשך כשעה על להבה נמוכה, תוך כדי בחישה מידי 3 דקות.

4. לאחר שהמרק מוכן, מוזגים לצלוחיות ההגשה, מפזרים מעל מהפטרוזיליה הקצוצה ומגישים.