

Opskrift på gulerods-mix suppe (ca. 4 personer):

6-8 gulerødder

2-3 løg

4 kartofler (rå)

? evt. en rest af en anden grønsag du har i køleskabet

Lidt olie

6 dl. grønsagsboullion

1-2 dl. Piskefløde eller sojamælk

Salt og peber

Gulerødderne skæres i små stykker. Løg ligeledes i små stykker. Gryde med lidt olie i bunden sættes over og ingredienserne hældes i. Kartoflerne skæres og evt. anden grønsag skæres i små stykker.

Der røres i det og 5 min efter hældes grønsagsboullionen i. Lad det stå og simre (småkoge) i mindst 30-35 min.

Piskefløden (måske vælger du soja) hældes nu i og det hele koger op igen. Herefter kan du lade det køle ned med låget af.....du skal tænke på at du skal nu "mose"/blende det med din stavblender og hvis det pjasker på dig skal det ikke være kogende. Så vent evt ½ times tid. HÆLD IKKE varm/kogende suppe i din blender. Det eksploderer ud over dig og dit køkken.

Jeg anvender stavblender nede i gryden. Smag suppen til med salt og peber.

Varm suppen op og nyd den – pynt evt. med fintskåret persille.

Velbekomme fra Pigen på Stigen