



Linssoppa med kokos

Foto: Ove Lindfors

Linssoppa med kokos

Ett recept från *Leva och bo*

Ingredienser

4 portioner

Tillagning

2 st	morötter
1 st	rödlök
0,5 st	purjolök
4 st	vitlöksklyftor
1 st	röd chilifrukt
1,5 msk	färsk ingefära, riven
	jordnötsolja, till stekning
2 st	limeblad
1 tsk	fänkål, malen
2 tsk	koriander, malen
1 burk	kokosmjölk, (400 ml)
1 l	vatten
2 st	grönsaksbuljong, i tärning
1 dl	röda linser
2 tsk	thailändsk fisksås
2 msk	lime, pressad
1 dl	färsk koriander, eller thaibasilika

För er som tycker det är trist med linser: den här vegetarisk soppan kommer inte att göra er besvikna.

1 Skala och riv morötterna på rivjärnets grova sida. Skiva rödlöken tunt, strimla purjolöken och hacka vitlöken. Klyv chilifrukten på längden, ta bort kärnor och väggar och finhacka chiliköttet.

2 Fräs all lök, morötter, chili och ingefära i olja några minuter utan att det tar färg.

3 Blanda i limeblad, kryddor och späd med kokosmjölk och buljong. Koka upp, lägg i linserna och koka tills de är mjuka, 8–10 minuter.

4 Smaka av med fisksås och lime. Blanda i koriander eller thaibasilika vid servering.

Caroline Hofberg

redaktionen@alltommat.se