




Linssoppa med kokos

Foto: Ove Lindfors

Linssoppa med kokos

Ett recept från Allt om mat

 Tid: 30 min

Ingredienser

4 pers

Tillagning

Linssoppa med kokos

- 2 morötter
- 1 rödlök
- 4 vitlöksklyftor
- 1/2 purjolök
- 1 röd chili (t ex spansk peppar)
- 1 1/2 riven färsk ingefära msk
- 1 msk rapsolja
- 2 tsk mald koriander
- 1 tsk mald fänkål
- 2 grönsaksbuljongtärningar
- 1 burk kokosmjölk (400 ml)
- 1 liter vatten
- 1 dl röda linser
- 1 1/2 fisksås msk
- 2 msk pressad lime
- 1 dl färsk koriander eller thaibasilika

Den lina linssoppan blir thailändsk med fisksås, lime och koriander.

1. Skala och riv morötterna på rivjärnets grova sida. Skala och skiva rödlök och vitlök tunt. Ansa och strimla purjolöken. Kärna ur och finhacka chilin.
2. Fräs morötter, lök, vitlök, purjo, chili och inge-fära i olja i en gryta 2–3 min.
3. Blanda i kryddorna och buljongtärningar och späd med kokosmjölk och vatten. Koka upp och lägg i linserna. Koka under lock tills linserna är mjuka, 8–10 min.
4. Smaksätt med fisksås och limesaft. Blanda i koriander eller thaibasilika vid servering.

Caroline Hofberg
redaktionen@alltommat.se