

inköpslistan.se

Av: Emelie Pauli

4 port

Grönsaker, Huvudrätt, Budget, Lättlagat, Vegetariska

SMAL TOMATSOPPA MED LINSER OCH KOKOSMJÖLK

Ingredienser

1 st lök, gul
2 klyftor vitlök
400 g sötpotatis
1 msk matolja
1/2 st chili, grön
1 burk tomater, krossade
1/2 tsk salt
1/2 dl linser, röda
4 dl kokosmjölk *(light)*
2 tärningar buljong, grönsak
3 dl vatten
1 nypa basilika

Gör så här

1. Hacka lök och vitlök. Skala och skär sötpotatis i bitar. Fräs lök och vitlök i olja tills de mjukar. Finhacka urkärnad chili och tillsätt den.

2. Tillsätt resten av ingredienserna och låt koka 15 minuter.

3. Mixa soppan slät, smaka av med lite mera salt och späd soppan med vatten om det behövs.

4. Servera soppan med t.ex. vitlöksbröd eller quesadillas.