

Linsesuppe (4 personer)

2 løg

2 fed hvidløg (evt. mere efter smag)

1 spsk. olivenolie

200 g linser orange

1 L grønsagsbouillon

1 ds. hakkede flåede tomater

2 gulerødder

1 laurbærblad

1 kanelstang

Tørret oregano

Salt og peber.



Pil og hak løg og hvidløg. Sauter det i en gryde, i varm olie. Tilsæt linserne sammen med hakkede tomater, gulerødder, bouillon, laurbær, kanel og oregano. Kog suppen cirka 20 minutter. Smag suppen til med krydderier, og kog yderligere 10 minutter. Smag til med salt og peber.

Suppen kan blendes hvis man ønsker en glat konsistens. ½-delen af løgene tages da fra og tilsættes igen efter suppen er blendet.

Kan smages til med chilisaUCE, hvis suppen ønskes stærkere i smagen.

Frisk koriander tilsættes lige før servering.

Tip: Alle grønsager kan bruges i denne suppe, forskellige rodfrugter, ærter osv.