

Soppdag 2

Min andra dag med soppa den här veckan. Det känns så gott, lätt och näringstätt!
Idag gör jag en linssoppa och njuter i vårt nya lilla kök. Sitter och äter i köket för första gången här på "Hemmet Rindögatan".

Röd linssoppa med paprika och koriander

Till 2 stora portioner

3 dl röda linser
1 liter vatten (behöver du späda gör du det)
1 lagerblad
1 liten röd chili urkärnad och finhackad
1 vitlöksklyfta tunt skivad
1 gul lök fint hackad
1 msk kokosolja
½ röd paprika strimlad
2 msk färsk koriander hackad
1 tärning/sked ekologisk grönsaksbuljong
1 tsk spiskummin malen
smaka av med salt och peppar

Limeyoghurt

1 dl matlagningsyoghurt
1 msk färsk limejuice plus skalet fint rivet av en väl skölj limefrukt
smaka av med salt och peppar

Fräs lök, chili i kokosoljan. Tillsätt övriga ingredienser utom paprika och koriander. Låt soppan koka ca 15 minuter. Blanda matlagningsyoghurten med limejuice och skal och smaka av med salt och peppar. När soppan kokat 15 minuter tillsätter du koriander och paprika och låter soppan puttra några minuter till.

PS. Jag måste dessutom erkänna att min man fräste en skivad timjankryddad chorizo och hade som tillbehör till sin portion med soppa DS.

