



Gräddig och len laxsoppa

Ingredienser 4 personer

500 g	laxfilé
1 l	fiskbuljong
2 dl	grädde
100 g	champinjoner
1 st	röd paprika
1 st	gul paprika
6 st	schalottenlökar
1 dl	purjolök, finhackad
2 dl	broccolibuketter, färska
2 dl	svarta linser, gärna
2 msk	olivolja
1,5 tsk	curry
1,5 tsk	torkad oregano
	salt och malen peppar
	färsk hackad bladpersilja

Till servering:

4 st	fullkornsbröd, i skivor
2 st	avokado
1 msk	pressad citonsaft

Tillagning

1. Skiva champinjonerna. Hacka paprikan fint. Skala och skiva schalottenlöken. Finhacka purjolöken

2. Häll olivoljan i en stor kastrull. Tillsätt kryddor, champinjoner, paprika, lök, purjolök och linser och låt fräsa i någon minut. Häll på buljong och grädde och låt koka i ca 15 minuter. Dela avokadorna och ta bort kärnan. Skrapa ut fruktköttet och mosa det med en gaffel. Blanda det i citronsaften.

3. Skär laxen i mindre bitar och bryt broccolin i buketter. Lägg i soppan och låt sjuda i ca 5 minuter. Krydda med salt och peppar och eventuellt mera curry. Strö på hackad bladpersilja före servering. Bjud fullkornsbröd och avokadomos till.