



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Hjemmelaget fiskesuppe med laks, dill og rustikke multibrød

Hjemmelaget fiskesuppe

1 pakke fiskebuljong
1 pakke grønnsaksbuljong
5 dl helmelk
½ stk sitron
2 ss smør ^B
3 ss hvetemel ^B
5-7 dl vann ^B

Fisk og grønnsaker

2 stk gulrøtter
1 pakke vårløk
135 g laksefilet
1 bunt dill

Rustikke multibrød

2 stk rustikke multibrød

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.

2. **Hjemmelaget fiskesuppe:** Smelt 2 ss smør i en vid kjele, og ha i 3 ss hvetemel (se tips). Spe på med omtrent 5 dl vann mens du visper, og ha i fiskebuljongen og grønnsaksbuljongen. Kok opp, og la det småkoke i 5 minutter. Visp inn melken. Kok opp under omrøring.

3. **Fisk og grønnsaker:** Skrell gulrøttene, og skyll vårløken godt. Kutt grønnsakene i strimler. Gulrøttene kan godt rives på den grove siden av et rivjern. Skyll fisken, og skjær den i terninger. Skyll, tørk og finhakk dillen.

4. **Rustikke multibrød:** Stek multibrødene som anvist på pakken.

5. **Hjemmelaget fiskesuppe, fortsettelse:** Tilsett grønnsakene og fisken i den hvite sausen, og la det hele småkoke i 4-5 minutter til alt er gjennomvarmt og grønnsakene er gjennomkokte. Smak til med saft fra sitronen, og litt salt og pepper. Om suppen er tykk, kan du spe den ut med litt mer vann.

6. **Tilbehør:** Strø dillen over suppen ved servering.



TIPS!

Hvetemelet kan byttes med maisstivelse (maisenna), for en glutenfri suppe. Tilsett en spiseskje eller to med lett crème fraîche eller en skvett matfløte, for en mer kremet suppe.