



Detta är ett lågkalorirecept, vilket kan innebära att allt i förpackningen inte används. Följ receptet noggrant för att varje portion ska hålla sig under 550 kcal.



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Asiatisk kycklingsoppa med kokosmjölk, chili och citrongräs

Asiatisk kycklingsoppa

Gul lök 1 st
Ingefära 1 bit
Röd chili ½-1 st
Champinjoner 125 g
Tomat 1 st
Citrongräs 1 st
Kycklingfilé 300 g
Vitlök 1 klyfta
● Vatten 4 ½ dl
Kycklingbuljong 1 påse
Coconut cream 1 förp
Fisksås ½ förp
● Socker ½ tsk
Lime 1 st

Till servering

Surdegspavé 2 st
Koriander 20 g

Att ha hemma ●

Olja, Socker, Vatten

1. Värm ugnen till 180°C (varmluft) eller 200°C (vanlig).
2. Tillaga surdegspavé enligt anvisning på förpackningen.
3. **Förberedelse kycklingsoppa:** Kyfta gul lök. Skala och skär ingefära i tunna skivor. Skär röd chili i tunna skivor. Kvarta champinjoner och klyfta tomat. Krossa roten på citrongräs med baksidan av kniven. Dela sedan citrongräset på mitten. Skär kycklingfilé i mindre bitar.
4. **Asiatisk kycklingsoppa:** Hetta upp lite neutral olja i en rymlig kastrull eller stekgryta. Fräs citrongräs, lök, ingefära, röd chili och pressad vitlök ca 2 min. Tillsätt vatten och kycklingbuljong. Koka upp och låt sjuda ca 5 min. Tillsätt coconut cream, fiskksås, socker, champinjoner och kyckling. Låt allt sjuda ytterligare ca 7 min, tills kycklingen är helt genomstekt.
5. Tvätta limen i ljummet vatten och finriv det yttersta skalet. Blanda ner tomat och limeskal i soppan och smaka av med pressad saft från halva limen.
6. Klyfta resten av den använda limen och plocka ut citrongräsbitarna från soppan. Servera asiatisk kycklingsoppa med surdegspavé och limeklyfta. Toppa med koriander.