



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Indisk linseuppe med koriander og yoghurt, servert med nanbrød og nøtter

Indisk linseuppe

1 stk gulrot
½–1 stk gul løk
1 boks grønne linser
½ pakke finkuttet
ingefær, hvitløk og chili
½–1 pakke garam
masala
½–1 pakke karri
350 ml moste tomater
1 pakke
grønnsaksbuljong
1 liten boks kokosmelk
🏠 1½ dl vann

Nanbrød

½ pakke nanbrød

Topping

½ bunt koriander
75 g yoghurt naturell
½–1 pakke nøttemiks

🏠 salt

🏠 pepper

- 1 Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
- 2 **Indisk linseuppe:** Skrell og grovrev gulrøttene på et rivjern. Skrell og finhakk løken. Sil laken av linsene, og skyll dem i kaldt vann. Varm opp en kjele til middels høy varme, og ha i ingefærblandingen, løken og gulrøttene. Stek grønnsakene i 1–2 minutter.
- 3 **Indisk linseuppe, fortsettelse:** Tilsett garam masala-krydderet, karrien og linsene, og stek videre i 1 minutt. Ha i de moste tomatene, 1½ dl vann, grønnsaksbuljongen og kokosmelken, og kok opp. La suppen småkoke under lokk i 15–20 minutter. Smak til med salt og pepper.
- 4 **Nanbrød:** Stek nanbrødene som anvist på pakken (se tips).
- 5 **Topping:** Skyll og grovhakk korianderen. Topp suppen med korianderen, yoghurten og nøttene.
- 6 Nyt måltidet!

Tips fra kokken: Du kan også pensle nanbrødene med litt smeltet smør med en gang de kommer ut av ovnen, for ekstra god smak.