



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

## Søtpotet- og gulrotsuppe med grønnkålchips og rustikke multibrød

### Søtpotet- og gulrotsuppe

1 stk søtpotet  
2 stk gulrøtter  
1 stk sjalottløk  
1 pakke borlottibønner  
1 pakke finkuttet ingefær, hvitløk og chili  
1 pakke kokoskrem  
1 pakke grønnsaksbuljong  
½ stk lime  
🏠 5 dl vann

### Grønnkålchips

100 g grønnkål

### Rustikke multibrød

2 stk rustikke multibrød

### Tilbehør

1 bunt bladpersille  
½ stk lime  
40 g peanøtter

🏠 olje  
🏠 salt  
🏠 pepper

- 1 Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
- 2 **Søtpotet- og gulrotsuppe:** Skrell og kutt søtpoteten og gulrøttene i terninger. Skrell og finhakk løken. Hell vannet av bønnene, og skyll dem i kaldt vann.
- 3 **Søtpotet- og gulrotsuppe, fortsettelse:** Varm opp en stor kjele til middels varme og ha i litt olje. Ha i søtpotet- og gulroterterningene, løken og pakken med finkuttet hvitløk, ingefær og chili, og stek det i 3–4 minutter, eller til grønnsakene har fått litt farge. Tilsett bønnene, kokoskremen, grønnsaksbuljongen og omtrent 5 dl vann. La det hele småkoke under lokk i 15–18 minutter, eller til grønnsakene er myke. Ta kjelen av varmen, og kjør suppen glatt med en stavmikser eller i en blender. Ha litt mer vann i suppen hvis den blir for tykk. Smak til suppen med litt salt, pepper og saften fra halve limen.
- 4 **Grønnkålchips:** Vend grønnkålen i litt olje, salt og pepper og fordel den utover et stekebrett med bakepapir. Stek grønnkålen i ovnen i omtrent 7 minutter. Vend om på den underveis.
- 5 **Rustikke multibrød:** Tilbered multibrødene som anvist på pakken.
- 6 **Tilbehør:** Skyll, tørk og finhakk persillen. Topp suppen med persillen og peanøttene. Del resten av limen i båter, og server båtene til retten.