



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Tomatisert og kremet grønnsaksgryte med appelsin servert med urtebakte poteter, aioli og krutonger

## Urtebakte poteter

350 g poteter  
½–1 pakke urtemiks

## Tomatgryte

1 stk gul løk  
1 stk søtpotet  
½ bunt bladpersille  
½ stk purre  
1 pakke kikerter  
½ stk appelsin  
½ pakke tomatpuré  
1 pakke kryddermiks med sennep og dill  
½ pakke chiliflak  
150 g lett crème fraîche  
1 pakke grønnsaksbuljong  
1 boks hakkede tomater  
🏠 1½ dl vann

## Topping

½ pakke chiliflak  
2 ts appelsinskall  
½ bunt bladpersille  
½ pakke krutonger

🏠 bakepapir (kan sløyfes)  
🏠 olje  
🏠 salt  
🏠 pepper

- 1 Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
- 2 **Urtebakte poteter:** Skyll og kutt potetene i båter. Fordel potetene på et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek potetene i ovnen i 20–30 minutter. Vend urtemiksen inn med de ferdigsteekte potetbåtene.
- 3 **Tomatgryte:** Skrell og kutt løken og søtpoteten i terninger. Skyll, tørk og finhakkpersillen. Kutt purren i to på langs, skyll den godt i kaldt vann, og kutt den i skiver. Sil og skyll kikertene i kaldt vann. Skyll appelsinen, og finriv skallet (kun det oransje) på et rivjern.
- 4 **Tomatgryte, fortsettelse:** Varm opp en kjele til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek løken, søtpoteten og purren i 3–4 minutter, til løken er gyllen. Tilsett tomatpuréen, kryddermiksen og ønsket mengde av chiliflakene, og stek videre i omtrent 2 minutter. Ha i 1½ dl vann, crème fraîche, grønnsaksbuljongen, kikertene, de hakkede tomatene og litt av persillen. La tomatgryten småkoke i 15–20 minutter. Smak til med saften fra ønsket mengde av appelsinen, salt og pepper.
- 5 **Topping:** Topp tomatgryten med ønsket mengde av chiliflakene, det revne appelsinskallet, resten av persillen og krutongene. Server aiolien og potetbåtene til retten.