

Søtpotetsuppe:

En enkelt oppskrift på en nydelig søtpotetsuppe. I barnehagen dobler vi oppskriften.

- ✓ 3 Søtpoteter (vi har brukt vanlig potet, fra egen grønnsakshage)
- ✓ 2 Kegaløk
- ✓ 1 Stjerneanis
- ✓ 1 Hvitløk
- ✓ 1 ts Kummin
- ✓ 0,5 ts Tørket chili
- ✓ 0,5 l Grønnsakskraft / vann til det dekker potetene.
- ✓ Nøytral olje
- ✓ 2 dl Fløte
- ✓ Sitron/appelsinsaft
- ✓ Salt og pepper



Slik gjør du:

1. Skrell og skjær søtpotet i biter og la surre i nøytral olje i en gryte sammen med grovhakket løk, hele fedd hvitløk, knust stjerneanis og resten av krydderet.
2. Tilsett kraften og la putre til søtpoteten er mør. Da tilsettes fløten.
3. Kjør suppa med stavmikser. Smak evt til med salt og pepper og noen dråper saft fra sitron og/eller appelsin.
4. Fordel i porsjonsskåler. Plasser evt en liten skje rømme på toppen, og evt vårløk, persille og/eller koriander.
5. En spiss på suppa. Dette er en vegetarisk oppskrift og fungerer fint akkurat som den er. Men om det ikke er noe poeng i seg selv at den skal være vegetarisk, vil det gi en ekstra «egde» på suppa med sprøstekt bacon eller chorizo på toppen. Du kan også erstatte grønnsakskraften med kyllingkraft.