



FISKESUPPE

6C, ÅSE SKOLE

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

FISKESUPPE

0.5 stk	løk
200 g	torsk
200 g	laks
1 dl	fløte
1 dl	melk
0.25 stk	purre
2 stk	gulrot
2 stk	potet
2 ternin	fiskebuljong
7 gler	vann
2 ss	smør

BRØDKRUTONGER

4 stk	brødsriver
4 ss	olivenolje
1 ts	flaksalt
0.5 ts	pepper

SLIK GJØR DU:

- 1** Finhakk løk. Surr løken i smør i en kasserolle.
- 2** Tilsett vann og fiskebuljong.
- 3** Skjær poteter og gulrøtter i tynne strimler, ha det i suppa og la det koke i suppa i ca 5 minutter.
- 4** Skjær fisk i terninger, ha det i så i suppa sammen med melken. La det trekke, ikke koke, i ca 8 minutter, før du har i finstrimlet purreløk og fløte mot slutten.
- 5** Smak til med salt og pepper.
- 6** BRØDKRUTONGER
Skjær brødsnivene i terninger. Her bruker vi gjerne brød fra i går, så blir det mindre matsvinn.
- 7** Bland sammen olje, salt og pepper i en bolle.
- 8** Ha brødterningene i oljeblandingen og rør godt sammen.
- 9** Spre brødterningene godt utover en bakepaprkledd pangpanne. Stek midt i ovnen på 200 grader i 10-15 minutter, til krutongene er sprø
- 10** Server suppa sammen med brødkrutonger. Pynt gjerne med litt frisk dill. NYT!