



Morotssoppa med ingefära & kokosmjölk

Antal: recept_2019-09-08

Denna härliga morotssoppa är värmande inifrån och ut! Vitlök, ingefära och gurkmeja ger immunförsvaret en boost och kokosmjölken ger soppan en härlig, rund smak.

Pris: 1 kr

5 morötter
5 dl vatten
3 dl kokosmjölk
10 cm purjolök
1 klyfta vitlök
2 msk grönsaksfond, eller 1 tärning grönsaksbuljong
1 tsk ingefära
0.5 tsk svartpeppar
0.5 tsk gurkmeja
0.5 tsk chili flakes
1 msk hackad persilja

Skär morötterna och purjolöken i små bitar och lägg dem i en gryta tillsammans med vattnet och grönsaksfonden. Koka upp och låt koka i 5-10 minuter tills morötterna blivit mjuka.

Använd en stavmixer för att mixa soppan slät. Om du inte vill ha en helt slät soppa kan du behålla lite bitar av morot och purjolök.

Tillsätt kokosmjölk, pressad vitlök, kryddor och örter och låt koka upp under omrörning. Sänk värmen och låt soppan småkoka i ytterligare 10 minuter under lock. Sedan är det bara att servera!