



**M** unkebo  
**M** and  
**M** ad, der simrer

*Forret - anvendt 22. november 2012*

### **Gulerodssuppe med græskarkerner (opskrift til 4 personer).**



#### **Ingredienser:**

750 g gulerødder, 2 mellemstore kartofler, 1 spsk raps- eller olivenolie til stegning, 3/4 l bouillon, 1-2 fed hvidløg, 4 kviste frisk timian, 2 dl græsk yoghurt 10%.

*Tilbehør:* 25 g græskarkerner.

Skræl gulerødder og kartofler og skær dem i terninger.

Varm olien i en gryde og svits gulerødder og kartofler i ca. 2 min. Hæld bouillon ved og tilsæt presset hvidløg og timian. Lad grøntsagerne simre under låg ved svar varme i ca. 20 min., til de er møre.

Tag gryden af varmen, fjern timiankvistene. Blend suppen, til den er helt ensartet. Rør suppen lind med yoghurt. Er den for fyldig, spædes til med lidt varm bouillon.

Rist græskarkernerne på en tør pande, til de begynder at give lyd.

Servér suppen med drys af græskarkerner og godt brød til.

(Græskarkerner kan evt. erstattes med hakkede peanuts eller salte mandler).