

Grøntsagssuppe

Opskrift til 4 små portioner

Samlet tid

30 minutters tid

Ingredienser

- 1 rød peberfrugt
- 1 squash
- 6 fed hvidløg
- 1 rødløg
- 3 tomater
- 3 spsk. olie + 1 tsk. grillkrydderi + lidt salt og peber
- 2 dl kogende vand
- 2 spsk. balsamicoeddike
- 3 spsk. neutral flødeost

Toppings

- 1 dåse kikærter + lidt olie, 1 tsk. grillkrydderi, lidt salt og peber
- 1 tsk. chiliolie i alt
- 1 smule friske urter

Sådan gør du

1. Tænd ovnen på 200 grader varmluft
2. Klargør grønt, pil skræl af, skyl og snit groft. Hvidløg skal beholde skrællen, men toppen skæres af.
3. Læg det hele i et ovnfast fad og kom olie og krydderier over. Sørg for at hvidløg har masser af olie på, så de ikke bliver brændte.
4. Bag fadet i ovnen i 25 minutters tid.
5. Imens kan kikærter ristes. Dræn dem og rist dem sprøde på en pande med olie og krydderier.
6. Kom det hele fra ovnen i en blender med vand, balsamicoeddike og flødeost. Blend det.
7. Hæld i skåle og server med de ristede krydderurter, chiliolie og lidt urter.