

RECEPT

Soppa med torsk & sötpotatis

4 portioner

En väldigt god och lättlagad soppa med lite lagom hetta. Se upp med sötpotatisen som färgar av sig ganska hej vilt.

- **4 msk pressad citron**
- **1 röd chilifrukt, urkärnad och tunt skivad**
- **1 krm muskot**
- **250 g skinnfria torskfiléer**
- **1 msk vegetabilisk olja**
- **1 gul lök, hackad**
- **4 salladslökar, ansade och hackade**
- **2 vitlöksklyftor, hackade**
- **450 g sötpotatis, tärnad**
- **1 liter grönsaksbuljong**
- **salt och peppar**
- **150 g vitkål, strimlad**
- **2 selleristjälkar, ansade och skivade**
- **Färskt bröd med frasig skorpa till servering**

Gör så här:

Rör samman pressad citron, chili och muskot till en marinad i en låg form (av glas eller keramik, inte metall). Skölj torskfiléerna och vänd ner dem i marinaden tills de är väl täckta. Täck över med plastfolie och låt fisken ligga och dra i 30 minuter

Hetta upp oljan i en stor kastrull på medelgod värme. Fräs lök och salladslök under omrörning i 4 minuter. Tillsätt vitlök och fräs i ytterligare 2 minuter.

Lägg i sötpotatisen, slå på buljongen och krydda med salt och peppar. Koka upp, sänk därefter värmen och låt sjuda under lock i 10 minuter. Tillsätt morot, vitkål och selleri, smaka av med salt och peppar och låt sjuda i 8-10 minuter. Dra kastrullen från värmen och låt soppan svalna något.

Mixa soppan slät i en matberedare, eventuellt i omgångar, och häll tillbaka den i kastrullen. Lägg ner fiskbitarna, tillsätt marinaden och koka långsamt upp. Sänk värmen och låt sjuda i 10 minuter. Häll upp soppan i djupa tallrikar och servera med färskt frasigt bröd.

Buon appetito

Receptet respektfullt lånat ur boken Fisk & skaldjur av June Hammond