

## Potatis- och purjolökssoppa



### Ingredienser

**Portioner: 4 portioner**

8 potatisar  
1 purjolök  
1 1/2 msk flytande margarin  
1 l vatten  
2 grönsaksbuljongtärningar  
1 msk dijonsenap  
1 dl matlagingsgrädde (15 %)  
200 g laxfilé (färsk eller fryst)  
1 dl hackade örter t ex dill,  
persilja, körvel och basilika

### Till servering:

Sallad, grovt bröd

### Så här gör du

1. Skala potatisen och skär den i skivor. Ansa purjolöken, ta bort den grova yttersta delen och strimla den tunt.
2. Fräs potatis och purjolök i 2/3 av margarinet i en kastrull utan att det tar färg. Tillsätt vatten och buljong. Låt allt koka under lock på svag värme till potatisen är mjuk (sönderkokt), ca 15 minuter.
3. Vispa kraftigt för hand med en ballongvisp eller kör med mixerstav till en slät soppa. Smaka av med senap, salt och peppar. Rör i grädden och låt koka upp. Späd med vatten eller mjölk om soppan är för tjock.
4. Skär laxen i cm-stora bitar och stek den hastigt på hög värme i 1/3 av margarinet. Salta och peppra. Blanda i örterna.
5. Häll soppan i en djup tallrik och toppa med laxen.
6. Till servering: Servera med sallad och gärna ett grovt bröd.

För alla

Fri från gluten och ägg men innehåller laktos och mjölkprotein.

Gör laktos- och mjölkproteinfri: använd mjölkfritt margarin eller olja. Använd mjölkfria buljongtärningar - ej fond. Välj ett mjölkfritt gräddalternativ, t ex Oatley eller Beneviva.

Källa:

<http://www.ica.se/recept/potatis-och-purjolokssoppa-399551/>

## Dillrostad potatis



### Ingredienser:

**4 portioner**

700 g färskpotatis  
3 msk citronolivolja  
(eller olivolja och lite rivet  
citronskal)  
3 msk hackad färsk dill  
1 tsk citronpeppar  
ev flingsalt

### Så här gör du

1. Tvätta potatisen och koka den nått och jämnt mjuk.
2. Hetta upp citronolivolja i en stor panna och bryn potatisen lätt tillsammans med dill och citronpeppar.
3. Strö ev på flingsalt.

Källa: <http://www.ica.se/recept/dillrostad-potatis-621495/>