



Fänkålsoppa med torsk och räkor

Kock: **Monika Ahlberg** Tid: **30 min** Portioner: **4**

Fänkål och fisk är smaker som gifter sig lyckligt med varandra i denna goda soppa, toppad med räkor.

För den riktigt hungriga kan soppan kompletteras med några kokta potatisar.



INGREDIENSER

1 stort fänkålsstånd (ca 400 g)
0.5 dl olivolja
0.5 citron, saften
1 tsk flingsalt
1 schalottenlök
smör eller olja till grytan
1 dl vitt vin eller matlagingsvin
7 dl grönsaksbuljong
3 tsk torkad oregano
1 tsk sambal oelek
2 dl vispgrädde
flingsalt och nymalen svartpeppar
500 g torsk, kolja eller sej, ca
200 g skalade räkor, ca

Till servering

gott rostat bröd



GÖR SÅ HÄR

1

Skölj fänkålen och strimla den mycket tunt. Ta undan 8 fina skivor. Blanda olivoljan med citronsaften och flingsalt. Lägg ner de 8 skivorna i marinaden.

2

Skala och hacka schalottenlöken. Fräs den och resten av fänkålsskivorna i smör eller olja i en stor gryta. Fyll på med vitt vin, buljong, oregano och sambal oelek. Koka upp och låt sjuda i ca 10 minuter tills fänkålen mjuknat. Tillsätt grädden och smaka av med flingsalt och nymalen svartpeppar. Dra grytan från spisen och mixa soppan med en stavmixer.

3

Sätt grytan på spisen igen och låt koka upp.

Skär fisken i bitar och lägg ner dem i soppan. Stäng av plattan och låt stå i 5 minuter eller tills fisken är klar. Fördela soppan i 4 skålar och lägg ner den marinerade fänkålen och räkorna. Servera med gott rostat bröd.