

## Svart bønnesuppe med salsa fresca (fra bloggen ”Mat på Bordet”)

Denne suppen har jeg skrevet om tidligere, men som med så mange oppskrifter her på bloggen så fornyes de etterhvert. Lag en ting mange nok ganger og man blir komfortabel med å endre litt på ting. Litt mer av det ene, litt mindre av det andre, du vet hvordan det går. Akkurat her har jeg ikke endret så forferdelig mye på originaloppskriften for den er god som den var. Her har jeg lekt litt med tilbehøret men samtidig begrenset meg til salsa fresca, avokado og lime. En klatt med rømme eller en dæsj med hot sauce eller noen knuste tortilla chips hadde også gjort seg, men jeg begrenset meg som sagt. Det vil jo ikke si at du må begrense deg så kjør på med full pakke om du vil !

Du trenger: (2-4 porsjoner)

ingredienser

- 1 løk, finhakket<sup>[SEP]</sup>
- 3 fedd hvitløk, finhakket<sup>[SEP]</sup>
- 1 ss spisskumin<sup>[SEP]</sup>
- 1/4ts chillipulver eller røkt paprika (hot)
- 1 ss tomatpuré<sup>[SEP]</sup>
- 3 boks svarte bønner<sup>[SEP]</sup>
- 600ml grønnsakskraft eller buljong<sup>[SEP]</sup>
- salt, pepper, olivenolje til steking

### Tilbehør

- salsa fresca\*
- avokado<sup>[SEP]</sup>
- lime

Stek løk på middels varme i litt olivenolje til myk. Ha i hvitløk og stek et minutt til. Ha i spisskumin, chillipulver og tomatpuré og stek til det dufter godt av krydder, ca. et minutt til. Hell av vannet fra bønnene og skyll de med kaldt vann. Ha bønner og kraft i gryta og la det koke opp. Sett ned varmen og la det småkoke en ti minutters tid. Bruk en stavmisker til å kjøre suppen glatt. Smak til med salt og pepper.

Ha noen skiver avokado i en suppebolle og hell suppen over. Ha en god spiseskje salsa fresca i suppen og press litt lime saft over det hele.

Vil du gjerne ha noe å sette tennene i med suppen foreslår jeg at du lager quesadillas med ost og korianderpesto.