



Kold melonsuppe med mynte og sprøde grøntsagsruller



1 moden orange cantaloupmelon (evt. 1½-2 afhængigt af størrelse)
1 stor spisemoden avocado
1½ dl æblejuice
1-2 stærke røde chilier
½ tsk knust sort peber
havsalt
2 spsk friskhakket ingefær
½ dl friske mynteblade
½ dl friske basilikumblade
ca. ½ dl friskpresset limesaft
1 tsk revet lime- eller citronskal, økologisk
4 spsk cremefraiche 18 % (eller skyr, hvis du foretrækker en mere fedtfattig suppe)

Pynt

basilikumblade
4 tsk cremefraiche
friskhakket rød chili

- ◇ Del melonen på langs og kassér kernerne. Skær melonen i både og skær skrællen af.
- ◇ Kom melonkød og de øvrige ingredienser, undtagen cremefraiche, i en foodprocessor.
- ◇ Blend suppen til konsistensen er jævn og cremet.
- ◇ Tilsæt cremefraiche og blend suppen lidt igen.
- ◇ Smag evt. til med ekstra limesaft, revet limeskal, salt og peber.

Servering

Anret suppen i glas eller skåle, pynt med basilikum, lidt cremefraiche på toppen og frisksnittet rød chili. Server med sprøde grøntsagsruller (side 119).

Tips

Suppen kan laves dagen før og opbevares i køleskabet.

