

Hot texmexsuppe med kasserollestekt Stangekylling

Det er fredag, barna sover. Maten lager seg selv på kjøkkenet og glemt er alle mine sorger. I dag fikk jeg gjort et skippertak på jobb, ruslet innom Meny i beste smaksprøvetid, svømt med gutta (minimal innsats, maksimal bra-mamma-uttelling) og jammen rakk jeg ikke en halvtimes hvil og en cortado. Dobbel selvsagt. I grunnen en typisk fredag hos Bollefrua. Hva gjør du på fredager? Det skulle jeg likt å vite. ☐

Denne suppen er så latterlig enkel å lage og en smart middag å tilberede til mange. Jeg lagde den til alle kollegaene mine til lunsj en gang og fikk masse kred. For den er virkelig god. Igjen, minimal innsats, maks uttelling. I like.



Hot texmexsuppe:

(mer enn nok til to)

litt olivenolje

1 løk, hakket

2 hvitløksfedd, finhakket

2 paprika, hakket

0,5-1 chili, finhakket

1 boks hermetiske tomater, gjerne med hvitløk og urter

1 stort glass salsa

1 boks philadelphiaost, naturell

0,8-1 l kyllingbuljong, (avhengig av hvor tykk du liker suppen din)

salt, pepper, evt mer urter feks oregano eller basilikum

Et stort kyllingbryst (valgfritt)

et hvitløksfedd til kyllingen

50 gram meierismør (smeltet, satt tilside og så bruker du bare det øverste laget, ikke det hvite "bunnfallet")

Tortillachips, cheddarost og rømme til servering

Stek først løk og hvitløk mykt, tilsett så alle de andre ingrediensene. Kok i 15-20 minutter og kjør så med stavmikser til en glatt suppe. Hvis du gidder å hakke paprika og løk fint, er det forøvrig helt gull å servere den uten å bruke stavmikser. Tips: Smak alltid til tomatsupper og sauser med sukker og lime/sitron. Kan utføre mirakler.



Ha smør i en tykkbunnet kasserolle. Varm opp til middels varme og ha kyllingfileten krydret med salt og pepper med skinnsiden ned. Stek under lokk mens du innimellom med en gaffel sveiver

hvitløksfeddet rundt i smøret og over kyllingen. Når kyllingen begynner å få farge underifra (etter ca 15 minutter) snur du kyllingen og steker det ferdig uten lokk. Den vil da få et sprøtt, smørstekt skinn og deilig hvitløks aroma. La kyllingen hvile litt før du skjærer den i skiver og serverer oppi suppa. SNADDER!



