

# Chili bean tomatsuppe med nachochips og avocadosalsa (et innlegg om å invitere til kveldsmat på en hverdag)

Noen kvelder sitter ( greit da, ligger) jeg i sofaen og tenker. På om andre har et litt mer spennende liv en meg. (Selvsagt har mange det. Men hvor mange?) Er det bare meg? Som har en tendens til å tro at alle andre har det kulere og er mer vellykket enn seg selv? Også tenker jeg at jeg burde invitert noen, arrangert noe festlig, men så strekker liksom ikke tid og (eller) krefter til. Men når jeg først kjører på, så skjønner jeg ikke (helt) hvorfor jeg ikke gjør det oftere. Så her får du 3 grunner til å invitere noen: 1. Å ha gjester er et spark bak til å få ryddet og vasket. 2. En ypperlig anledning til å spise kake på en hverdag. (Lag nok så kan du spise dagen etterpå og). 3. Bollefrua har laget en fiks ferdig meny for deg, hvor det meste kan gjøres klart feks helgen før.



## **Suppa for deg som vil ha det litt festligere:**

(nok til 4)

2 ss olje

1 stor løk, grovhakket

4 fedd hvitløk, hakket

2 røde paprika, i store terninger

0,5-1 rød chili, uten frø, hakket

9 dl grønnsaksbuljong (vann + ca 0,5 terning, er ikke så glad i buljong, ha i mer til slutt om du vil)

2 bokser hermetiske tomater

1 ss tomatpure

1 håndfull soltørkede tomater, i skiver

2 ss sweet chili saus

1 boks røde kidneybønner, skylt og rent av

2 ss hakket koriander

### **Til salsa:**

3 avocado, i terninger

2 vårløk, i skiver

1 ss hakket koriander

sitronsaft

salt

rømme og nachos til servering

Ha olje i en tykkbunnetgryte og fres løk og hvitløk litt før

du har i paprika. La grønnsaker få et par minutter i gryta før du har i resten av ingrediensene til suppen og koker opp. Kok til grønnsaker er møre, ca 20 minutter. Bruk en stavmikser og kjør suppen glatt. Smak til med salt, pepper og sukker. Suppen kan fryses og kan dermed forberedes når du vil. Lag gjerne dobbel eller trippel porsjon. Den er perfekt å servere til mange fordi den er så rask å tilberede og fordi den er rimelig. (Dropp avocadosalsa hvis du er på sparebluss. Rømme og nachos er helt topp).



Salsaen lages for øvrig ved å blande avocado, vårløk, koriander, salt og sitron. Den skal spises oppi suppen, tro meg, det funker.



Varm nachos litt i ovnen, så blir de ekstra gode.

Til dessert serverer du denne magiske [daddelkaken](#) med varm karamellsaus. Kaken kan fint fryses og sausen tar 3 minutter å lage. Lett som en plett.



