



## Mulligatawney Soup (Indisk Kycklingsoppa)

*Mulligatawney – ett recept som är ett av de riktigt bra från Storbritanniens koloniala historia. Denna Indiska kycklingsoppa kombinerar Indiskt med Brittiskt kök. Det är en redd currysoppa med t ex kyckling och grönsaker som gärna äts med ris vid sidan om eller lagd I soppan I tallriken.*

Receptet är för ca 4-6 personer men kan justeras att passa både fler och färre.

### Ingredienser

2 msk Ghee eller neutral olja.  
1 Gul lök, finhackad  
1 Morot, fint tärnad  
  
1 Palsternacka, fint tärnad  
1 Stjälkselleri, fint tärnad  
4 Vitlösklyftor, krossade  
2 msk Ingefära, färsk riven  
2,5 tsk Currypulver  
1/2 tsk Cayennepeppar  
1,5 l Kycklingbuljong  
1 Kycklingbröstfilé, liten  
150 g Röda Linser  
4 msk Flagad Mandel  
  
1 dl varm mjölk eller vatten (till mandelmjök)  
1 tsk citronsaft  
1–2 msk Mango Chutney (option)  
Färsk Persilja till servering

### Gör så här

1. Värm fettet I en kastrull med medelvärme och fräs löken blank. Lägg sedan I morot, palsternacka och selleri och fräs ytterligare fem minuter. Ta sedan upp en rejäl sked och lägg åt sidan.
2. Lägg i vitlök och ingefära och efter en minut currypulver och cayennepeppar. Fräs vidare och rör om. Häll sedan i buljongen, lägg i kycklingfilén hel samt de röda linserna. Låt koka upp och sänk sedan temperaturen så att soppan sjuder under lock i 35 minuter. Under tiden lägg mandlarna i blöt i den varma mjölken eller vattnet.
3. Ta upp den kokta kycklingfilén ur soppan. Gör soppan slät med en mixerstav och serdan kör mandeln till en puré och vispa ner den i soppan. Häll i citronsaften och salta efter smak. Lägg sedan i chutney efter smak om man vill ha soppan sötare. Dra isär kycklingfilén och rör ner den i soppan tillsammans med de sparade grönsakerna.
4. Häll upp i soppskålar och garnera med Koriander.

Smaklig Måltid

/Peter