

# GRØNSAKSUPPE MED KYLLING OG KIKERTER

2 PORSJONAR ELLER DER OMKRING

2 kyllingfiletar (ferdig kokte)

5 dl kraft

1 raudløk

Ca 200 g sellerirot

Ca 200 g gulrot

Ein liten purre

Litt kokte kikerter

1-2 ts spisskummen

Peppar

Olje

Eg bruker å koke opp ein pakke ferske kyllingfiletar (rundt 1 kg) i 4 dl vatn med ei blokk grønsakbuljong. Då får eg ca 6 dl kraft som eg kan koke litt inn, og ferdige kyllingfiletar som kan brukast i suppe, salat, steikast osv. Alltid greitt med raske råvarer, men rask improvisasjon krev som alltid litt planlegging.

Skjer alle ingrediensane i passande bitar, surr løken i litt olje til den tek til å bli blank, ha i peppar og spisskummen og la kryddera surre nokre sekund i oljen. Hell i krafta, ha i dei oppskorne grønsakene og la suppa koke 10-15 minutt (alt etter kor faste ein liker grønsakene). Ha til slutt i kyllingbitane og kikertene og la alt trekke seg gjennomvarmt.

Dette er jo ei grønsaksuppe der ein kan variere i det uendelege med grønsaker og kjøtttypar. Dette var det eg hadde i kjøleskapet i dag.

