Lohikeitto (Finsk laksesuppe)



Ingredienser

♥ 800 g laksefilet (uten skinn og ben)
♥ 2 ss smør
♥ 1 purreløk
♥ 3 gulrøtter
♥ 600 g poteter (kokefaste)
♥ 2 laurbærblad
♥ 2 terninger fiskebuljong
♥ 1 liter vann
♥ 1 stor bunt frisk dill
♥ 3 dl kremfløte
♥ kvernet salt og pepper

Servering:
♥ frisk dill
♥ 1 sitron
♥ mørkt rugbrød og smør

Fremgangsmåte

Skjær laksefiletene i store terninger.

Smelt smøret i en kjele. Skyll purreløken godt og kutt den opp i små biter. Ha dette i kjelen og la purreløken surre i smøret på middels varme i et par minutter.

Skrell gulrøttene og potetene og kutt dem opp i henholdsvis skiver og terninger. Ha disse i kjelen og bland sammen. Ha laurbærblad og knuste fiskebuljongterninger i

kjelen. Fyll opp med vann. Tilsett hakket dill.

Gi suppen et oppkok og la den så småkoke under lokk i ca. 10 minutter. Potet- og gulrotbitene skal da begynne å bli så vidt møre.

Tilsett kremfløten og la suppen småkoke uten lokk i et par minutter til.

Ta kjelen av platen. Legg laksebitene forsiktig i kjelen, vend om og la bitene trekke i den varme suppen i ca. 5 - 6 minutter.

Smak til suppen med kvernet salt og pepper (og eventuelt en skvis sitron).

Server suppen varm og nylaget. Pynt suppeskålen med litt ekstra dill og sitron. Server brød (gjerne mørkt rugbrød) og smør ved siden av suppen.

Tips

♥ Purreløk kan byttes ut med en stor, vanlig gul løk.

♥ I gamle, finske oppskrifter kan man ofte se at det tilsettes litt allehånde (enten malt eller som hele korn) i laksesuppen. Jeg synes smaken av allehånde fort kan bli for dominerende, og foretrekker laksesuppen uten allehånde, men dette er jo en smakssak. □□

♥ Laksesuppen blir best hvis du er nøye på å ikke overkoke laksebitene. De skal være så vidt gjennomkokte, men fortsatt veldig saftige. Det er derfor lurt å flytte kjelene med den varme suppen bort fra varmeplaten når du legger laksestykkene i suppen, slik at laksebitene kun trekker i den varme suppen og ikke koker.

♥ Supperester kan oppbevares i kjøleskapet til dagen etter. Spe suppen med litt ekstra vann eller melk dersom du synes at den har tyknet for mye av å stå over natten.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://www.detsoteliv.no/oppskrift/lohikeitto-finsk-laksesuppe