

## Plånboksvänlig gulaschsoppa (vegetarisk)

8-10 potatis, 700-800g  
2 röda lökar  
1 msk olja, gärna oliv  
2 msk paprikapulver  
1 tsk brödkummin  
1 burk krossade tomater a 400 g  
3 dl vatten  
1 grönsaksbuljongtärning  
1-2 vitlösklyftor  
½ tsk salt  
1 krm peppar  
1 röd + 1 grön paprika  
ca ½ dl hackade persilja

Till servering:

4 dl yoghurt (ej lätt)

Börja med att hälla yoghurten i kaffe filter så att den får rinna av.

Skala potatis och skär i stora tärningar, skala och skiva löken. Fräs i oljan i ett par minuter, sätt till paprikapulver och brödkummin och låt fräsa med under ytterligare ett par minuter.

Sätt till tomatkross, vatten, buljong och pressad vitlök, sjud uder lok i 20 minuter.

Kärna ur paprikorna och skär de i strimlor. Lägg i grytan tillsammans med salt och peppar.

Sjud ytterligare cirka 5 minuter, smaka av och strö över persilja.

Servera den varma grytan med den tjocka yoghurten och kanske med ett hembakat bröd.

(HYVIS Soppkväll torsdag den 18 februari 2010)