



Nässelsoppa till cirka fyra personer

Recept av Eriksbergs kökschef Jesper Karlsson

Till nässelpurén:

Handplockade och rensade nässlor. Förvällda i ca 1 minut

1/4 dl matolja eller så att stavmixern tar runt det

Till soppgrunden:

1 st skalad bananschalottenlök

2 st skalade vitlöksklyftor

ca 100 g skalad palsternacka

ca 50 g skalad rotselleri

2 st lagerblad

5 g färsk timjan eller 1/2 tsk torkad

5 st rosépepparkorn

2 st persiljestjälkar

50 g smör

2 dl vitt vin

1 l kycklingbuljong eller ca 1 dl kycklingfond (Bong) + 9 dl kallt vatten.

4 dl vispgrädde (40 %)

1 dl mjölk

Salt, peppar, syra (citron eller vinäger) och honung efter egen smak. Ska balansera alla smaker.

Ev. maizena för redning om man vill ha den tjockare.

Nässelpuré:

Koka upp en stor gryta med vatten och lite salt.

Lägg ner de rensade nässlorna och koka dem ca 1 minut.

Sila av vattnet och låt nässlorna svalna. Krama ut vattnet ur dem och lägg dem i en bunke med olja och mixa till en helt grön puré.

Soppgrund:

Skär ner löken och rotfrukterna i små bitar och fräs tillsammans med smör i en kastrull tills det är mjukt (ska inte ta färg).

Tillsätt kryddorna och rör runt. Häll på vinet och kycklingbuljongen/fonden + vatten och låt koka ner till minst hälften. Sila ner vätskan i en annan kastrull och fyll på med gräddmjölken. Låt koka upp och eventuellt red av lite med maizena om så önskas. Tillsätt nässelpuré efter tycke och smaka av. Servera genast. Får soppan nu koka efter att nässlorna är tillsatta, kommer soppan att bli grådaskig.

Tips:

Nässlor kan man plocka i mängdvis under våren och göra samma procedur som ovan.

Frys ner nässelpurén i små puckar (bullformar eller vad man hittar). När väl de är frusna lägger man dem i en plastpåse och knyter väl. Lägg dem i frysen igen, så det inte blir frysskadat.

Är man sen sugen på nässelsoppa en annan gång har man redan gjort hälften av arbetet. Då gör man bara soppgrunden. Sen ta man fram den mängd med nässlor man tror man behöver.

Så kan man äta nässelsoppa hela sommaren/hösten!

Smaklig måltid!

