

Sådan tilberedes hybensuppe

Til 2 personer

Først skal I ud og plukke hyben...

Ingredienser:

Ca. 200 g hyben
3/4 liter vand
Ca. 3 spsk sukker
1/2 stang vanilje
1-2 spsk citronsaft
Lidt kartoffelmel

Evt. fløde eller vaniljeis samt mandler

Tilberedning:

- Skyl hyben
- Pluk blomst og stilk af
- Kog hyben møre i vand i ca. 20 minutter
- Pres hyben gennem en sigte over i en gryde
- Kassér skaller og frø
- Tag vaniljekorn ud af vaniljestangen og bland det med sukkeret
- Smag suppen til med vaniljekorn og sukker, samt citron
- Kog suppen igennem
- Tag gryden af varmen og jævn evt. suppen med kartoffelmel udrørt i vand og varm der på suppen op.
- Pisk evt. fløde til flødeskum eller klargør vaniljeis
- Rist evt. mandler

Server suppen varm, lun eller afkølet med flødeskum eller en god vaniljeis pyntet med ristede mandler.

Kan fryses.

Man kan lave suppen på trangia ved Vadehavet eller hjemme i børnehaven eller på skolen. Den kan medbringes på tur ved Vadehavet og varmes på bål eller trangia og serveres i krus.

