

Oppskrift på

EKTE RENNSUPPE

(Nok til 15-20 medløpere)

Man finner frem en gryte som kan romme mer enn 6 liter væske.

Man tager og åpner 3 flasker rødvin, gjerne av ukjent opprinnelse.

Disse tømmer man skånsomt over i gryten, en om gangen, og under fullstendig stillhet slik at plaskingen fra grytens indre kan høres.

Derpå tar man frem en flaske som er kontrollert å være helt fylt med 60% sprit av beste kvalitet og virkningsgrad. Innholdet tømmes så skånsomt over i gryten.

Kontroller at rødvinen og spriten koser seg sammen.

Ro det hele noe ned ved å fylle de 3 tomme rødvinflaskene med kaldt kildevann. Tøm de så, uten spesielt seremoniell, over i gryten.

Tilsett så 20 spiseskjeer sukker (eller 16 spiseskjeer sukker og 32 biter suketter) i gryten.

Varm forsiktig opp til ca 40 grader og rør rundt inntil sukkeret er oppløst.

Deretter smakstilsettes suppen med godsakene malt nellik og malt kanel.

Prøvesmak hele tiden - jo oftere jo morsommere!

Her er oppskriften på den mindre populære

FALSK RENNSUPPE

(Nok i massevis, i alle fall til 5-8 medløpere)

Man finner frem en gryte som trolig ikke behøver å romme mer enn 3 liter væske.

Man tager og åpner en flaske solbærsirup, gjerne av norsk opprinnelse.

Denne tømmer man over i gryten uten megen støy, slik at plaskingen fra grytens indre ikke kan høres og minne en på hva en holder på med.

Fyll den tomme solbærsirupsflasken med kaldt kildevann. Tøm den så over i gryten. Varm forsiktig opp til ca 40 grader.

Smakstilsett suppen med malt nellik og malt kanel.

Prøvesmak som nødvendig!

Avslutt lagingen av rennsuppe med et ønske om at også i år vil medløperne føle seg tilfredsstillende og velbehagelig dopet.