

SPINAZIE - KRUIDENSOEP



Boter	100 gr spinazie (eventueel diepvries)
2 uien	10 takjes dragon
2 wit van prei	2 takjes tijm
2 aardappelen rauw	3 takjes peterselie
2 aardappelen gekookt	Bouillon
1 courgette	Zwarte peper van de molen
2 teentjes look	Zeezout
3 stengels groene selder	

- *Snij de uien, prei, courgette en de look grof en stoof alles aan met een klontje boter*
- *Bevochtig met 2 liter water en doe er dan de gesneden selder en 2 geschilde en in stukken gesneden rauwe aardappelen bij*
- *Laat zachtjes sudderen gedurende 45 minuten en vervolgens mixen*
- *Rits de blaadjes van de dragon en de tijm en hak deze grof met de peterselie. Voeg samen met de spinazie bij de gemixte soep*
- *Breng op smaak met bouillonpoeder, zwarte peper en zeezout*
- *Opwarmen maar niet meer laten koken!*
- *Serveer met de in blokjes gesneden gekookte aardappelen.*

BLOEMKOOI-WALNOOT SOEP

Kokosolie
1 ui
1 prei
1 kleine bloemkool
1 courgette
Handvol walnoten
1 limoen
Bouillon
Zwarte peper van de molen

- *Snij de ui en het wit van de prei grof en stoof aan in een beetje kokosolie, niet laten kleuren*
- *Bevochtig met 2 liter bouillon*
- *Haal 4 stronkjes van de bloemkool, snij de kleine roosjes er af en hou deze apart als garnituur*
- *Snij de rest van de bloemkool grof en voeg bij de bouillon*
- *Schil de courgette zorgvuldig zodat alle groen verwijderd is, snij grof en doe ook bij de bouillon*
- *Laat een half uurtje zachtjes sudderen tot de groenten gaar zijn en mix*
- *Hak de walnoten en stoom deze samen met de bloemkool roosjes gedurende een 3 tal minuten zodat ze knapperig blijven*
- *Serveer de soep heel warm met het garnituur van bloemkoolroosjes en walnoot, rasp er een beetje limoenschil over en flink wat zwarte peper*

