

COURGETTENSOEP



Na deze zomer, die weer veel te kort was, kunnen we weer aan de slag in de keuken.

Herinneringen vervagen, vakantiefoto's vliegen in de lade en het beetje zomerbrons op de huid is al aan het verdwijnen. Wat rest zijn de lekkere smaken die we her en der geproefd hebben en die we gaan proberen vast te leggen in onze eigen recepten. De smaakpapillen verwennen, gezellig met familie en vrienden en dat rotzomerweer van juli is zo weer vergeten.

Ingrediënten

- 1 ui
- 1 kg. courgetten
- 1 broccolistengel
- 1 el. herbes de Provence
- Bouillon
- 2 el. maanzaadjes

Bereiding

- Doe de maanzaadjes in een droge pan, verhit deze onder regelmatig roeren tot de zaadjes hun geur en aroma afgeven. Hou de zaadjes apart.
- Laat de gesneden ajuin uitzweten, zonder te kleuren, in een klontje kokosvet en voeg er dan de in blokjes gesneden courgetten bij.
- Stoof even mee aan, kruid met de Provençaalse kruiden en bevochtig met 1,5 liter water.
- Schil de broccolistengel, snij deze in blokjes en voeg toe aan de soep.
- Vervolgens bouillon en peper en zout toevoegen naar eigen smaak.
- Een half uurtje zachtjes laten koken, mixen en afwerken met haverroom en de gegrilde maanzaadjes.