

BioGezond koken

Om het vakantiegevoel nog een beetje aan te houden (en omdat we er maar niet genoeg kunnen van krijgen), in dit septembernummer een paar gerechten die we tegenkwamen op onze reizen. Heerlijke taart uit de Provence, tajine en zoet dessert uit Egypte, Marokkaans slaatje en komkommersoep uit Spanje, alles geproefd... in onze eigenste Ardennen. Tja, soms hoef je echt niet ver te gaan om lekkers te ontdekken. Geniet ervan.

— Ludo Slaets



KOMKOMMERSOEP MET KORIANDER

Ingrediënten

- 1 bio prei
- 2 bio broccolistengels
- 2 bio selderstelen
- 1 bio ajuin
- 2 teentjes bio look
- Bio boter
- Bio koriander
- 2 bio komkommers
- Bio bouillon
- Bio room

Bereiding

- Snij de prei, ajuin en broccoli in stukken, pers de lookteentjes erbij en fruit aan in een beetje boter.
- Bevochtig met 2 liter water en voeg dan pas de gesneden selder toe.
- Laat een half uurtje zachtjes sudderen, voeg de geschilde en ontpitte komkommersven bouillon naar eigen smaak bij en vervolgens mixen.
- Niet meer laten koken, gehakte koriander en scheutje room bijvoegen net voor opdienen.