

Recent onderzoek heeft uitgewezen dat meer dan de helft van de Vlaamse vrouwen en bijna veertig procent van de Vlaamse mannen gezonder willen gaan koken en eten. En gezond dat wil zeggen biologisch, ecologisch en met kwaliteitsvolle producten. Wij helpen u daar graag bij met deze rubriek in uw favoriete blad. Auteur Ludo Slaets



Ingrediënten

- 1 tuil (winter)postelein
- 2 wortelpeterselie
- 2 broccolistengels
- Handvol kervel
- Groentebouillon

Bereiding

- *Pluk de blaadjes van de postelein, verwijder de stelen.*
- *Schil de peterselie wortel, rasp een handvol en hou deze apart.*
- *Snij de rest in blokjes.*
- *Schil de broccolistengels, verwijder het harde gedeelte en snij de rest in blokjes.*
- *Gooi alle groenten in de blender.*
- *Maak een krachtige bouillon, ongeveer 1 liter.*
- *Zet de blender op hoge toeren en voeg langzaam de hete bouillon toe.*
- *Dadelijk serveren, garneer met de geraspte peterseliewortel.*

RAUWE SOEP MET POSTELEIN
EN PETERSELIEWORTEL