

Recept uit Natasja's Soepkeuken: Knolselderijsoep met cannellini-boontjes

"Zuppa di sedano con cannellini": een recept uit 'l'Arte di Mangiare Bene' van La Bio Idea. Een eenvoudig, maar heel smaakvol en romig soepje. Heerlijk met diverse garneringen en gecombineerd met geroosterd brood met pesto of paddenstoelen.

Ingrediënten (voor 4 personen)

250 gram knolselderij (ongeveer ½ knolselderij)
1 stengel bleekselderij
1 kleine ui
1 teen knoflook
Beetje citroen- of limoensap
1 blik cannellini boontjes
olijfolie om in te bakken
zout en peper naar smaak



Garnering:

Groene kruiden olie ('olio alle erbe'): kant-en-klare pesto met een beetje olijfolie of maak het zelf: zie recept op de volgende pagina
Ook lekker met geroosterde amandelen of gebakken paddenstoelen.

Lekker *erbij*: (geroosterd) brood, met pesto of gebakken paddenstoelen

Nodig: staafmixer of keukenmachine

Bereidingswijze

Maak alle groenten schoon. Van de schillen en resten kan je verse bouillon maken. Leren hoe? Volg Natasja's workshop "In de Soep: bouillon, de basis."

Snijd de knolselderij in blokjes. Zet ze daarna meteen onder water met een scheut citroen- of limoensap. Dit voorkomt verkleuring en geeft een lekkere smaak. Was de bleekselderij en snijd in reepjes. Snijd de ui en knoflook in kleine stukjes. Laat de cannellini-boontjes uitlekken. Spoel ze eventueel af met water.

Neem een soeppan en doe hierin wat olie. Fruit de ui, voeg daarna de knoflook toe. Giet de knolselderij af. Voeg de knolselderij en bleekselderij toe aan de ui en knoflook. Bak even mee. Voeg de uitgelekte cannellini-boontjes toe en voeg water toe, tot de groenten net onder water staan. Laat zachtjes doorkoken, ongeveer 20 minuten.

Maak ondertussen de *garnering*: maak de kruidenolie. Als je gaat voor de amandelen of paddenstoelen: zorg dat deze geroosterd/gebakken zijn. Maak het broodje klaar dat je erbij wilt serveren.

Soep afmaken en serveren

Maal de soep met een staafmixer tot een romig geheel, voeg eventueel water toe totdat je de juiste dikte hebt. Proef en voeg zout en peper naar smaak toe. Schenk de soep in mooie kommen. Druppel er een beetje kruidenolie of strooi er wat amandelen/paddenstoelen overheen. Serveer met een lekker broodje.

Eet smakelijk!

Recept uit Natasja's Soepkeuken: Groene kruidenolie

“Olio alle erbe”: een recept uit ‘l’Arte di Mangiare Bene’ van La Bio Idea. Een groene frisse olie om bijvoorbeeld soep mee te garneren, om brood in te dippen of als saladedressing te gebruiken.

Ingrediënten

- 1 bosje basilicum
- 1 bosje platte peterselie
- 5 blaadjes peppermunt
- 2 tenen knoflook
- 50 ml olijfolie



Bereidingswijze Olio alle erbe:

Maal de kruiden en knoflook in de keukenmachine. Voeg zout naar smaak toe. Voeg langzaam de olie toe totdat de gewenste dikte is bereikt.

Eet smakelijk!