

Heldere paddenstoelensoep met sesamkrokantjes

Een recept van www.natasjassoepkeuken.nl

Ingrediënten soep voor 8 personen

3 sjalotjes

2 teentjes knoflook

250 gram kastanjechampignons

150 gram shiitakes (of oesterzwammen)

paar takjes verse tijm (of 2 theelepels gedroogde tijm)

2 eetlepels olijfolie

1,5 liter groentebouillon (*Zelf maken? Volg Natasja's Workshop In de Soep-Bouillon: de basis*)

peper, zout, shoyu, diksap, citroensap

Ingrediënten garnering en sesamkrokantjes

VEGAN VARIANT

2 lente-ui

paar handjes alfalfa of andere kiemen

6 stevige volkorenboterhammen

30 gram zachte ongezouten roomboter

olijfolie

(grof) zeezout

1-2 cm geraspte gemberwortel

2 handjes sesamzaadjes

Nodig: grote pan, snijplank, bord, oven, bakplaat, bakpapier, schenk-/thermoskan, soepkommetjes, bordjes.

Bereiden	Tijdsduur
<i>Vorbereiden soep</i> <ul style="list-style-type: none">• Zorg voor verse groentebouillon (<i>zie bonusrecept workshop</i>)• Pel en snipper de sjalotjes. Pel de knoflook en snijd deze fijn.• Borstel de champignons schoon en snijd ze in plakjes.• Borstel de shiitakes schoon. Snijd ze in plakjes.	15 min
<i>Vorbereiden sesamkrokantjes en garnering</i> <ul style="list-style-type: none">• Schil en rasp de gemberwortel. Meng dit, met zout, door de boter.• Besmeer hiermee de boterhammen. Doe sesamzaadjes in een diep bord en druk hierin de besmeerde kant van de boterhammen.• Leg de boterhammen op bakpapier op een bakplaat.• Snijd de lente-ui in reepjes. Leg de kiemen klaar.	30 min
<i>30 minuten voor opdienen: sesamkrokantjes maken</i> <ul style="list-style-type: none">• Verwarm de oven op 200°C.• <i>Bak de sesamkrokantjes</i> in ongeveer 15 minuten.• Als ze klaar zijn: snijd iedere boterham in 3-4 repen.	30 min
<i>30 minuten voor opdienen: soep maken</i> <ul style="list-style-type: none">• Zorg dat de bouillon warm is en maak hem op smaak met wat zout/shoyu, peper, een paar druppels citroensap en diksap.• Doe de bouillon in een schenkan of thermosfles.• Verhit een koekenpan en voeg de olijfolie toe.• Fruit hierin de sjalot, bak daarna de knoflook mee.• Voeg de kastanjechampignons, tijm, peper en zout toe, bak even• Doe dan de shiitakes erbij, bak nog kort door.	30 min

Recept voor VegaVrijdag Kerstspecial 2018, georganiseerd door:

www.vegavrijdagrestaurants.nl - www.keetmee.wordpress.com - www.natasjassoepkeuken.nl

<p><i>Serveren:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Verdeel de paddenstoelenmix over de kommetjes, met de lente-ui.• Leg 2 krokantjes op ieder bord en strooi wat kiemen op het bord. Schenk aan tafel de bouillon in de kommetjes.	15 min
--	--------