



Ruud 's Kookboek



Soepprecepten
Astrid Veltkamp

A red rectangular block containing a cartoon chef character on the left. The chef is wearing a white hat, a black jacket with a red scarf, and has a mustache. He is giving a thumbs up and waving. To the left of the chef, the text "Ruud 's Kookboek" is written vertically in a white, cursive font. Below the chef, the text "Soepprecepten" is written in a bold, black, sans-serif font, and "Astrid Veltkamp" is written below it in a smaller, italicized, black, sans-serif font.

Inhoudsopgave
Inleiding

Hoeveelheid per persoon

Gegratineerde soep

Gegratineerde soep met slagroom

Soepvulsels

Gehaktballetjes

Mini-soesjes

Broodcroûtons

Stokbroodsneetjes

Vegetarische soepen en sauzen

Gebakken/gefrituurde tahoe of tempeh

Recepten

Pompoensoep I

Pompoensoep II

Pompoensoep III

Pompoensoep IV

Pompoensoep V

Appel-pompoensoep

Romige pompoensoep

Pompoen met kokossoep

Maaltijdpompoen- citroensoep

Pompoensoep met rijst

Tamarillocrèmesoep

Koolrabi-crèmesoep

Witlofroomsoep

Witlofsoep met gerookte paling

Witlofvelouté

Witlofsoep met pecannoten

Kikkererwten met pompoensoep

Italiaanse Kikkererwtensoepp met pasta

Kikkererwtensoepp

Koninginnesoepp I

Koninginnesoep II

Koninginnesoep III

Voorjaarssoep

Zonnetjessoep

Lentebouillon met bloemkool en groenteknikkers

Lentesoep

Paprikasoep I

Paprikasoep II

Paprikasoep met garnalen

Tomaten-paprikasoep

Paprika- mierikswortelsoep

Paprika-preisoep

Paprika- roomsoep met cantharellen

Pittige paprikasoep met aubergine

Paprikasoep uit Andalusië

Kruidenbouillon met deeghoedje

Bouillon van groenten en kruiden

Fijne kalfsbouillon met venkel

Kaasbouillon met bleekselderij

Bouillon met omelet

Bouillon met omeletrolletjes

Japanse soep met eidraadjes en peultjes

Bouillonsoep met vlees

Gebonden palmhartensoep

Slasoep

Romige slasoep

Slasoep met kaastoastjes

Kikkerbillensoep met spinazie

Heldere kikkerbillensoep met venkel

Heldere bouillon met worteltjes en zeewier

Heldere kippensoep met avocadoballetjes

Heldere kippensoep met ananas

Heldere tomatensoep

Heldere bouillon met koriander-muntpesto

Heldere aspergesoep

Heldere ossenstaartsoep met mierikswortel

Heldere fazantensoep met sherry

Heldere runderbouillon

Heldere groentesoep

Heldere groentesoep met tartaarballetjes

Heldere minestrone-soep

Heldere uiensoep

Heldere knoflooksoep

Heldere ossenstaartsoep

Ossenstaartsoep van Oma

Maaltijd- ossenstaartsoep

Ossenstaartsoep I

Ossenstaartsoep II

Ossenstaartsoep met oesterzwammen

Ossenstaartsoep met Parelgort

Runderconsommé

Kastanjesoep

Pindasoep

Pinda bravoe

Pittige pindasoep met bosui

Pikante Surinaamse pindasoep

Pinda-paksoep

Sopa de mani

Creoolse pindasoep uit Brazilië

Crème Chantilly (roomsoep met linzenpuree)

Potage crème Aurore

Linzensoep

Linzensoep II

Linzensoep III

Linsensuppe

Turkse rode linzensoep

Libanese linzensoep met lamsvlees

Linzensoep met prei en zalm

Kikkererwtensoepe met lamsvlees

Klassieke erwtensoep

Erwtensoep II

Erwtensoep III

Erwtensoep IV

Erwtensoep V

Erwtensoep VI

Erwtensoep VII

Erwtensoep met zalm en croûtons

Spaanse erwtensoep

Surinaamse erwtensoep met tomtom

Boeren erwtensoep

Groene erwtensoep

Groene erwtensoep ii

Vegetarische erwtensoep I

Vegetarische erwtensoep II

Perzische soep met gort

Armeense yoghurt- gerstesoepe

Paprikasoepe met bruine bonen

Romige groentesoepe met maïs en bruine bonen

Snelle bruine bonensoep I

Spaanse bruine bonensoep I

Spaanse bruine bonensoep II

Bruine bonensoep

Bruine bonensoep II

Indische bruine bonensoep

Bruine bonensoep met Malheur

Pikante bruine bonensoep I

Pikante bruine bonensoep II

Pittige bruine bonensoep

Surinaamse bruine bonen

Bruine bonensoep uit Brazilië

Minestra di pasta e fagioli

Bruine bonensoep met prei en kerrie

Twentse bruine of witte bonensoep

Franse boeren bonensoep

Witte bonensoep I

Witte bonensoep II

Pikante witte bonensoep

Witte bonensoep met crostini

Witte bonensoep met courgette

Fasolatha (witte bonensoep)

Mexicaanse bonensoep

Zomerse bonensoep

Mexicaanse bonensoep met chorizo

Mexicaanse soep met rundvlees en bonen

Ribollita

Ribollita (gegratineerde Toscaanse bonensoep)

Griekse witte bonensoep

Spaanse witte bonensoep

Olifantensoep

Servische bonensoep

Bulgaarse kloostersoep

Zure soep uit Zagreb

Goulashsoep

Goulashsoep II

Oostenrijkse goulashsoep

Hongaarse goulashsoep met rode bonen

Vegetarische goulashsoep

Preisoep

Preisoep met garnalen

Roomsoep van witlof en prei

Preisoep met Boursin

Schotse preisoep

Winterposteleinsoep

Andijviesoep met croûtons

Wortelsoep

Wortelsoep met gember

Wortel- crèmesoep

Romige worteltjessoep

Wortel-citroensoep

Wortelsoep met yoghurt

Romige soep van bospaddestoelen

Paddesstoelenroomsoep

Paddestoelensoep met tuinkers

Paddestoelensoep met champignoncrostini

Champignonsoep I

Champignonsoep II

Champignonsoep III

Champignonsoep IV

Champignonsoep V

Champignonsoep met kerrie

Champignonconsommé

Champignon- aardappelsoep

Champignon- courgettesoep

Soepstengels met een peperdip

Champignon-tomatensoep

Wildbouillon met cantharellen

Tomaten-knoflooksoep

Tomaten- groentesoep met courgette

Crème Andalouse

Acquacotta (tomaten-groentesoep met ei en kaas)

Courgettesoep

Romige courgettesoep met ham

Soep van zure room en courgettes

Courgettesoep met kaasbroodjes

Knoflook-courgettesoep

Courgettesoep met gerookte kip

Courgette-preisoep met croûtons

Courgette- aardappelsoep

Gerookte paling- courgettesoep

Auberginesoep met rode peper

Rode pepersoep

Bleekselderijsoep (Zuppa di sedani)

Bleekselderijsoep met Stilton

Knolselderijsoep

Knolselderijsoep II

Knolselderijsoep met tapenade-croûtons

Knolselderijsoep III

Knolselderijsoep IV

Knolselderijsoep met groene kruiden

Romige knolselderijsoep

Romige knolselderijsoep II

Knolselderijconsommé

Knolselderij en aardappelsoep

Knolselderij- maaltijdsoep

Poolse knolselderijsoep

Pastinakensoep

Pastinaken-currysoep

Mosterdsoep I

Mosterdsoep II

Mosterdsoep III

Mosterdsoep IV

Mosterdsoep V

Mosterdsoep VI

Mosterdsoep VII

Mosterdsoep VIII

mosterdsoep IX

Mosterdsoep met tuinkers

Mosterdsoep met waterkers

Romige mosterdsoep

Doesburgse Mosterdsoep

Fluweelzachte mosterdsoep

Mosterdsoep met verse roomkaas

Mosterdsoep met witbier

Crèmesoep met mosterd

Kerriesoep

Kerriesoep met ei

Kerriesoep met banaan

Kerriesoep met broccoli

Kerrie-broccolisoep met appel en kruidenroom

Javaanse Kerriesoep

Kerriesoep met spinazie

Champignon-kerriesoep

Kerriesoep met broccoli en pijnboompitten

Londonderrysoep

Zweedse broodsoep

Leberknödelsuppe

Leversoep uit de Levant

Brandnetelsoep

Brandnetelsoep met maïsvlokken

Brandnetel-zuringsoep

Romige zuringsoep

Waterkerssoep I

Waterkerssoep II

Waterkerssoep III

Waterkerssoep met limoen

Tuinkerssoep I

Tuinkerssoep II

Bouillon met shii-take

Feestelijke groentesoep

Groentesoep met kalfsgehaktballetjes

Afrikaanse groentesoep met kokos

Zomerse maaltijdgroentsoep met balletjes

Spaanse groentesoep

Caldo Verde

Groenteconsommé

Soupe au pistou (Proven&Cedil;aalse groentesoep met pesto)

Finse zomersoep

Stevige groentesoep met rookworst

Groentesoep met rode wijn

Italiaanse groentesoep met ciabatta

Anatolische soep

Turkse bortsj

Russische Borsjtsj

Vegetarische Borsjtsj

Moskouse Borsjtsj

Bietensoep

Poolse bietensoep I

Heldere bietensoep

Poolse bietensoep II

Rode bietensoep

Aspergesoep

Asperge-biersoep

Asperge- aardappelsoep met spekjes

Aspergesoep met kervel

Aspergesoep met zalmreepjes

Velouté d'asperges

Aardappelsoep
Duitse aardappelsoep
Aardappel-kervelsoep
Aardappelsoep II
Hongaarse aardappelsoep
Aardappel- basilicumsoep
Aardappelsoep III
Aardappel-vissoep
Aardappelsoep uit Midden- en Zuid-Limburg
Kaassoep met kervel
Bloemkoolsoep
Blauwe kaassoep
Gebonden kippensoep
Kalfsroomsoep met brie
Ei- crèmesoep uit Zagreb
Uien-crèmesoep
Citroensoep
Citroenkippensoep
Citroensoep met rijst
Venkelcrèmesoep
Roomsoep met venkel
Romige venkelsoep met worteltjes
Venkelsoep
Pittige venkel-vissoep
Aardappel-venkelsoep
Koude venkelsoep
Prei- mosterdsoep met groene kruiden
Windsorsoep
Bloemkoolsoep
Fluwelige bloemkoolsoep
Noorse bloemkoolsoep
Bloemkool-kerriesoep

Klassieke gebonden komkommersoep

Komkommersoep

Komkommersoep II

Komkommersoep met munt

Yoghurt-komkommersoep

Koele komkommersoep

Koude komkommersoep met zalm

Koude garnalensoep

Zuppa di Melone (Koude meloensoep)

Koude avocadosoep

Koude avocado-roomsoep

Knoflookrouille

Koude avocadosoep met verse geitenkaas

Koude tomatensoep

Koude tomatensoep met ricottaballetjes

Koude komkommer- tomatensoep

Gazpacho I

Gazpacho II

Gazpacho III

Gazpacho IV

Gazpacho V

Gazpacho VI

Gazpacho VII

Gazpacho andaluz I

Gazpacho Andaluz II

Gazpacho Andaluz III

Huisgerookte zalm met gazpacho

Portugese gazpacho

Tomatensoep

Tomatensoep II

Tomatensoep III

Tomatensoep met courgetteballetjes

Tomatensoep met kip

Tomatensoep met kaas

Tomatensoep met banaan

Italiaanse tomatensoep

Italiaanse tomatensoep met mozzarellabrood

Gebonden tomatensoep

Pittige gevulde tomatensoep

Snelle tomatensoep speciaal

Portugese tomatensoep

Madrilease tomatenbouillon

Spaanse tomatensoep met verse groenten

Franse tomatensoep met courgette

Zoetzure tomatensoep

Chinese tomatensoep

Zoetzure Chinese tomatensoep

Gevulde Chinese tomatensoep

Boerentomatensoep

Tomatensoep uit Dalmatië

Oostenrijkse tomatensoep (Paradeissuppe)

Toscaanse soep met kerstomaatjes

Toscaanse tomatensoep met bleekselderij

Italiaanse tomatensoep met rode en gele tomaten

Sinaasappeltomatensoep

Minestrone alla Borghese

Tomaten-basilicumbrood

Minestrone alla Milanese

Bruschetta con pomodoro

Tomatensoep met uien

Tomatenbouillon met garnalen

Mexicaanse tomatensoep

Kervelsoep I

Kervelsoep II

Kervelsoep III

Kervelsoep IV

Kervelsoep met mandarijn

Peterseliesoep met kwarteleitjes

Roomsoep turbigo

Aardappelsoep

Franse aardappelsoep

Aardappel-preisoep met kip

Locro

Maaltijdsoep met ham en prei

Maaltijd-preisoep met kip en basilicumroom

Tomaten- maaltijdsoep met balletjes

Tourain de Tournebride (maaltijdsoep)

Garbure

Maaltijdsoep uit Béarn

Gemengde bonenmaaltijdsoep

Maaltijdsoep met vis

Engelse maaltijdsoep

Schotse maaltijdsoep met kip en prei

Zwitserse maaltijdsoep

Maaltijd-groentesoep

Riviervissen in 't groen (maaltijdsoep)

Traditionele Chinese maaltijdsoep met eiermie

Vegetarische maaltijdsoep

Uiensoep

Uiensoep II

Uiensoep III

Uienroomsoep

Uien-aardappelsoep

Uien-tomatensoep met ei

Uiensoep met tijm

Franse uiensoep I

Franse uiensoep II

Uiensoep met wortel en bier

Zomerse uiensoep

Uien- en speksoep

Uiensoep met gerookte spekreepjes en marjolein

Uiensoep met gember

Knoflooksoep I

Knoflooksoep II

Knoflooksoep III

Knoflooksoep IV

Knoflooksoep V

Knoflooksoep VI

Knoflooksoep VII

Knoflooksoep VIII

Japanse knoflooksoep

Arcadische knoflooksoep

Sopa de Ajo I

Sopa de ajo II

Sopa de ajo III

Sopa de ajo con uvas (knoflooksoep met wijndruiven)

Andalusische knoflooksoep

Knoflooksoep uit Arleux

Knoflooksoep met aardappelballetjes

Spinazie-knoflooksoep

Tourain blanchi (knoflooksoep uit de Périgord)

Knoflooksoep met zoete aardappelen

Koolrabi-knoflooksoep

Broccoli-knoflooksoep

Broccolisoepe I

Broccolisoepe II

Broccoliroomsoep I

Broccolisoepe met rauwe ham

Broccoli-fluweelsoep
Broccoli-kaassoep
Broccoli-currysoep
Broccoliroomsoep II
Groenten- fruitsoep met yoghurt
Puchero
Zweedse vleessoep
Gehaktsoep met vermicelli
Wontonsoep
Vleesballetjessoep uit het Midden-Oosten
Miesoep
Bahmisoep
Acht-schattensoep
Chilisoep met tacochips
Corn and chili Gumbo
Chili-groentesoep
Cajun bonensoep uit New Orleans
Mexicaanse groentesoep met avocadodip
Kippensoep
Kippensoep II
Koninklijke kippenbouillonsoep
Oma's kippensoep
Kippensoep
Roomwitte kippensoep (Kerstsoep)
Soep van oesterzwammen, reepjes kip en kervelroom
Romeinse stracciatella
Oosterse kippenbouillon met paddestoelen en paksoi
Kippensoep met maïs en yoghurt
Kippensoep met prei en ei
Gebonden kippensoep
Cock-a-leekie
Waterzooi I

Waterzooi II

Waterzooi III

Chinese kippensoep

Yunnan pot-kippensoep

Kippensoep met mie

Haaievinnesoep

Kippensoep met noedels en groenten

Koreaanse kippensoep met noedels

Japanse lunchsoep

Dobin-Mushi soep (Japanse soep met vis en kip)

Soto trassie

Soto ajam (kippensoep)

Soto soep

Kip en kokossoep

Kruidige kokosmelk- en kippensoep

Kippensoep met kokos

Kippensoep met kokosmelk en lente-ui

Korianderstengels

Currysoep met glasnoedels

Thaise curry- noedelsoep

Heldere bouillon uit Thailand

Thaise kippenbouillon

Thaise kippensoep

Thaise kip-kokossoep

Thom Yum

Gekruide kippensoep

Kippensoep met mango

Chicken gumbo

Heldere soep van glasmie en groenten

Koreaanse rundvlessoep met rettich

Gembersoep

Gebonden soep met gevulde paddestoelen

Morillesoep

Murkelsoppa

Koolsoep

Koolsoep uit laos

Wilde rijstsoep

Rijstsoep

Rijstsoep met waterspinazie

Oosterse spinaziesoep

Romige spinaziesoep met zalm

Spinaziesoep met zalm en dille

Spinaziesoep met ei

Spinaziesoep met kipfilet

Spinaziesoep met verse kruiden

Thaise soep

Thaise soep II

'Peperwater' currysoep (Mulligatawny)

Mulligatawny II

Kalkoensoep met Chinese paddestoelen

Eendesoep

Kwartelsoep met notenkussentjes

Parelhoenconsommé met kipquenelles

Bosduivensoep met wintergroenten

Consommé van houtduif

Soep van fazant

Zuurkoolsoep met Gelderse rookworst

Hongaarse zuurkoolsoep met casselerrib

Zuurkoolmaaltijdsoep

Stevig gevulde witte koolsoep

Griekse koolsoep

Kool-rijstsoep

Griekse paassoep

Lamssoep

Vissoep

Vissoep met bleekselderij en aardappel

Vissoep met garnalen, prei en tomaten

Gebonden vissoep

Vissoep met venkel en gerookte zalm

Vissoep met zeevruchtencocktail

Chileense vissoep

Sopa de pescadora

Zuid- Spaanse soep met visquenelles

Norsk fiskesuppe (Noorse vissoep)

Finse vissoep

Vissoep met koriander en komkommer

Vissoep uit Dubrovnik

Turkse vissoep

Vissoep

Tomatenvissoep met preireepjes

Vissoep op Oosterse wijze

Tomaten-vissoep met kokos

Cacciucco alla Livornese (italiaanse vissoep)

Bouillabaisse uit de Provence

Forel-crèmesoep

Roomsoep van gerookte forel en aspergepunten

Forelsoep met sinaasappel

Romige soep met gerookte schelvis

Soep van sprout en gerookte haai

Geglanceerde visvelouté met fijne kruiden

Visvelouté met gerookte forel

Vissoepje met langoustines, courgettes en deegschelpjes

Vissoep met rijst

Vissoep met langoustines

Pittige vissoep met mosselen en garnalen

Visbouillon met gegratineerde zeeduivel

Heilbotbouillon met tomaat

Komkommersoep met garnalen

Koude komkommersoep met garnalen

Garnalensoep

Cajungarnalen- groentesoep

Bisque van grijze garnalen

Consommé van grijze garnalen

Hete en zure garnalensoep

Pittig gekruide garnalensoep

Bisque van zee kreeft

Schildpadsoep Lady Curzon

Zure soep met vis en groenten

Seafood- en rijstsoep

Soep met garnalenballetjes

Aardappel-garnalensoep met gebakken visblokjes

Gekruide soep met garnalen

Thaise maaltijdsoep

Garnalensoep

Garnalensoep II

Garnalengumbo

Chupe de camerones

Hoyoklitssoep

Thaise vissoep met lengfilet

Pepra Watra deluxe

Kantonese tongsoep

Met twee onder een hoedje

Krabsoep

Soep van verse krab met gember

Velouté van krab

Krab-waterkerssoep

Visfumet

Venkelvelouté met scampi

Krab en okra gumbo

Gumbo met krab

Dalmatische oestersoep

Venuschelpjessoep met madraskerrie

Mosselsoep

Mosselsoep met bier

Mosselsoep II

Mosselsoep III

Mosselsoep met prei

Mosselsoep met saffraan

Mosselsoep met Pernod

Mosselsoep met bockbier

Mosselsoep met knoflook

Mossel-scampi-roomsoep

Romige mosselsoep

Zalmsoep met ei

Zalm-crèmesoep

Zalm-fluweelsoep

Mierikswortelsoep met gerookte zalm en forel

Avocado-soep met gerookte zalm

Erwtenssoep met zalm en croûtons

Romige kaassoep met ham

Soep met Epoisses-kaas

Tomaten- tortellinisoep met pesto

Tortellinisoep

Portugese koolsoep met penne

Pastasoep met groenten en kruiden

Groentebouillon met vlindertjes

Pastasoep met basilicumsaus

Macaroni-tomatenssoep

Macaroni-mosselsoep

Venkel- vissoep met schelpjesmacaroni

Knoflooksoep met pastaschelpjes

Noedelsoep met garnalen

Uiensoep met ravioli

Lamsvleessoep met vermicelli

Groente- kippensoep met pasta

Noedelsoep

Noedelsoep met kip en paksoi

Mihoensoep met garnalen en venkel

Miesoep met tahoe en paddestoelen

Maïsoep I

Maïsoep II

Romige maïsoep met bieslook

Maïs- koriandersoep

Hete soep met Italiaanse kruiden

Walnotenroomsoep met verse vijgen

Tisdagssoppa (Dinsdagsoep)

Biersoep I

Biersoep II

Bier- en kaassoep

Zoete deense biersoep

Biersoep met rijst

Schuimbiersoep

Biersoep met melk (Paassoep)

Broccoli- massoep de Zeezuiper

Bier-broodsoep met peterselie

Verborgen wijnsoep

Kroatische appelsoep

Inleiding

Afhankelijk van de samenstelling en de plaats in de maaltijd, kan soep een uitsluitend eetlustopwekkende functie hebben of als min of meer voedzaam onderdeel fungeren. Door de extractiestoffen heeft vleesbouillon een wat grotere eetlustopwekkende waarde dan groente- of kruidenbouillon.

De voedingswaarde van bouillon op zich is gering. Alleen als er peulvruchten in de soep zijn verwerkt, of als vlees als vulsel wordt gegeven, kan dit bijdragen in de eiwitvoorziening.

Soep maakt de maaltijd vooral energierijker, afhankelijk van de hoeveelheid bindmiddel en vet.

Soep wordt gegeven aan het begin van de warme maaltijd.

Bij een uitgebreid diner ná een koud voorgerecht en voor (of in plaats van) een warm voorgerecht.

Soep kan ook bij de lunch of bij een buffetmaaltijd worden gegeven.

Hoeveelheid per persoon

- diner (meer dan 3 gangen) ± 1 1/2 dl - vrij dun

- warme maaltijd ± 2 dl

- volledige maaltijdsoep ± 4 dl - vrij dik

Gegratineerde soep

2-3 dunne sneetjes brood

25 gr geraspte kaas

1 liter soep

Rooster de sneetjes brood licht, halveer ze en bestrooi ze dik met kaas.

Verdeel de hete soep over 4 of 5 koppen en laat op elke kop soep een stukje brood drijven.

Zet de koppen snel ± 15 cm onder een roodgloeiende grill en laat de kaas gratineren.

Dien de soep direct op.

Gegratineerde soep met slagroom

3/4 dl slagroom of 1/2 dl slagroom en 1 eiwit

25 gr geraspte kaas of 1 theelepel kerrie

1 liter soep

Klop de slagroom en desgewenst het eiwit apart stijf en schep ze samen met de kaas of de kerrie door elkaar.

Verdeel de hete soep over 4 of 5 koppen, en leg op elke kop soep een deel van de slagroom.

Zet de koppen snel ± 15 cm onder een roodgloeiende grill en laat de slagroom lichtbruin worden.

Dien de soep direct op.

Soepvulsels

- reepjes magere ham, gehaktballetjes;

- champignons, (diepvries)soepgroenten;

- dunne reepjes flens of omelet, broodcroûtons;

- mini-soesjes;

- stukjes brood met geraspte kaas (zie gegratineerde soep, hierboven);

- blokjes (gebakken) tahoe of tempeh.

Gehaktballetjes

(voor soepen, sauzen en ragoûts)

1/2 snee oud brood of 1/2 beschuit of 1 lepel paneermeel

zout, peper, nootmuskaat

50 gr gehakt

(wat melk)

1 dl water

1 1/2 gr zout

Snijd de korst van het brood, week het in water of melk tot het geheel zacht is, knijp het goed uit en giet het overtollige vocht eraf.

Maak het brood of de beschuit fijn.

Voeg het brood, de beschuit of het paneermeel met het zout en de kruiden bij het gehakt en meng alles goed door elkaar tot een gelijkmatige massa is verkregen; voeg zo nodig nog wat melk toe.

Draai van het mengsel kleine stevige balletjes en laat die in het kokende water met zout of in de soep 5 minuten garen.

Variatie: Gebakken soepballetjes

Bak de balletjes ± 10 minuten in 1 lepel gebruiende boter en laat ze op keukenpapier uitlekken.

**Mini-soesjes
(voor vulsel in soep)**

**1/2 dl water
1/2 gr selderijzout of 1/2 gr zout en paprikapoeder
25 gr boter
30 gr bloem
1 ei**

het deeg als voor roomsoezen en spuit het als dikke druppels op een beboterd bakblik. Laat de soesjes in een hete oven (220°C) rijzen en gaar worden (± 5 minuten). Geef deze mini-soesjes bij de soep of voeg ze vlak voor het gebruik aan elk bord soep toe.

**Broodcroûtons
2 vrij dikke sneden oud brood
± 15 gr boter**

Ontdoe de sneden brood van de korst, besmeer ze aan weerszijden met een deel van de boter en snijd ze in dobbelsteentjes. Bak deze in de overige licht gebruiende boter goudbruin en geef ze apart bij de soep.

**Stokbroodsneetjes
1/2 stokbrood
± 60 gr knoflook- of kruidenboter**

Snijd het stokbrood in vrij dikke sneetjes, besmeer elk sneetje met de knoflook- of kruidenboter en laat ze kort voor het gebruik boven in een hete oven (220°C) of 10 cm onder een roodgloeiende grill heel licht kleuren. Dien ze warm op bij de soep.

**Vegetarische soepen en sauzen
Alle soepen en sauzen kunnen worden aangepast door te nemen:
Als bouillon: groente- of kruidenbouillon of groente- of peulvruchtenpuree.
As vulsel: stukjes groente, maïs, doperwten, taugé, champignons, geroosterde amandelsnippers of gehakte noten, blokjes aardappel, gare peulvruchten, broodcroûtons, reepjes flens, mini-soesjes, blokjes (gebakken) tahoe of tempeh.
Als afmaakmiddel: kruidenextract, marmite, ketjap, ve-tsin, wijn.**

**Gebakken/gefrituurde tahoe of tempeh
(in plakken)**

**± 500 gr tahoe of tempeh
zout, peper, paprikapoeder**

**Voor de marinade:
3 lepels ketjap
3 lepels water
1 theelepel ve-tsin of zout
(1 theelepel Chinees poeder, =vijfkruidenpoeder)**

**Voor het bakbeslag:
4 lepels bloem
± 5 lepels water
1 lepel ketjap
paneermeel
± 4 lepels slaolie of frituurvet**

Snijd de tahoe of de tempeh in 4-5 plakken. Bestrooi deze met het zout en de kruiden, of haal ze door de marinade en laat die ± 15 minuten intrekken.

Maak van de bloem en wat water een dik, glad mengsel en verdun dit met de rest van het water en de ketjap.

Haal de plakken hier één voor één door en wentel ze daarna door het paneermeel.

Bak De plakken in de hete olie of het frituurvet ($\pm 180^{\circ}\text{C}$) aan beide kanten bruin en knappend.

Variatie: Gebakken/gefrituurde tahoe of tempeh (in blokjes)

Snijd de plakken in blokjes, marineer die, laat ze uitlekken, wentel ze door bloem en schud ze goed af.

Bak de blokjes in hete olie of frituurvet ($\pm 180^{\circ}\text{C}$) rondom vlug goudbruin en knappend.

Voeg de blokjes gebakken/gefrituurde tahoe of tempeh op het laatst aan gemengde gerechten of soep toe of geef ze apart bij de soep.

Recepten

Pompoensoep I

Pompoen is een bijzondere groente die opvalt door zijn prachtige kleur, grillige vorm en bijzondere smaak. De reuzepompoen is heel lang te bewaren, mits de steelaanzet in tact is. De zaden gebruiken het vrucht vlees als voedingsbodem. Als u de groente opensnijdt in het voorjaar, is hij gevuld met honderden kleine spruitjes!

Pompoen is een perfect ingrediënt voor een bijzondere soep.

Vet een pompoen van ± 1 kg met olie in en leg hem in een ovenschaal 1 uur in een oven van 180°C .

Snijd hem dan open en schep de zaden en het zachte vruchtvlees eruit.

Spoel de zaden schoon en rooster ze uitgespreid op de bakplaat 20 minuten in de oven.

Smoor het vruchtvlees in 2 eetlepels boter, voeg 2 stelen bleekselderij en 1 gehakte ui toe en fruit ze mee.

Pureer dit mengsel en verdun het met een pot gevogelte-fond en evenveel water.

Breng het geheel vervolgens aan de kook.

Maak op smaak met zout, peper uit de molen en nootmuskaat en voeg 1 dl culinaire room (of 1 dl slagroom en 1 eetlepel maïzena) toe.

Verdeel de soep over de borden en bestrooi met verse, geknipte bleekselderij en wat geroosterde pitten.

Pompoensoep II

Maak een stuk pompoen van 1 kg schoon en snijd het vruchtvlees in blokjes.

Snipper 3 uien en 2 teentjes knoflook fijn.

Fruit de ui en de knoflook in 2 eetlepels kruidenboter goudgeel en bak de stukjes pompoen 5 minuten omscheppend mee.

Schenk er dan 1 1/2 liter kruidenbouillon bij, voeg versgemalen peper en nootmuskaat toe en laat de soep ± 30 minuten zacht koken.

Pureer de massa en voeg eventueel nog wat water toe voor de juiste dikte.

Roer er 1 theelepel geraspte citroenschil door.

Schep de soep in borden en bestrooi hem aan tafel met croûtons en geknipte bieslook.

Pompoensoep III

(3 personen)

1 pompoen

1 flinke ui

1 teentje knoflook

1 winterpeen

1 groentebouillonblokje

kerrie

versgemalen peper

1 laurierblad

3 kruidnagels

ketjap

verse peterselie

slagroom

Fruit de gesnipperde ui en knoflook en fruit een lepel kerrie en de in stukjes gesneden pompoen mee.

Voeg 1/2 liter water, het bouillonblokje, de geraspte wortel, peper, het laurierblad, de kruidnagels, een scheutje ketjap en gehakte peterselie toe en laat dit 15-30 minuten koken.

Verwijder de laurier en de kruidnagels en pureer de soep (bijvoorbeeld door alles door een zeef te wrijven).

Roer van het vuur af een scheut slagroom door de soep.

Bestrooi de soep ter garnering voor het opdienen met nog wat peterselie.

Pompoensoep IV

1 ui

3 tenen knoflook

boter

1 flinke winterwortel

2 aardappelen

1 kg pompoenvrucht vlees (Turkse winkel)

peper, zout

1 theelepel gemalen komijn

1 eetlepel versgesneden peterselie

1 eetlepel versgesneden koriander

1 pot kippenbouillon

Smoor de ui en de knoflook in wat boter.

Voeg er de kleingesneden wortel, aardappelen en pompoen bij.

Leng de bouillon aan met de op de verpakking aangegeven hoeveelheid water, voeg dit toe en laat koken tot de groenten gaar zijn.

Pureer de soep met een staafmixer en breng haar op smaak met zout, peper, komijn, peterselie en koriander.

Pompoensoep V

2 koppen in blokjes gesneden gekookt pompoenvrucht vlees

2 koppen geraspte winterwortel

2 gesnipperde uien

olie of boter

2 cm fijngesnipperde gemberwortel of 2 fijngesnipperde gemberbolletjes

2 bouillontabletten

1 1/2 liter water

zout, zwarte peper, aroma en suiker naar smaak

Fruit de ui met de wortel en de gember in de olie of boter.

Voeg het pompoenvrucht vlees en de bouillonblokjes met het water toe en laat koken tot de wortel gaar is.

Desgewenst kunt u de soep pureren.

Breng de soep op smaak met zout, peper aroma en suiker.

Roer er op de borden een schep zure room door en bestrooi met versgehakte groene kruiden (peterselie, koriander en/of selderij).

Appel-pompoensoep

Verhit in een ruime pan 1 1/2 eetlepel olie en fruit daarin 1 fijngehakte ui goudgeel. Voeg 1 eetlepel fijngehakte gemberwortel, 400 gr in dobbelsteentjes gesneden pompoen, 3 geschilde en in dobbelsteentjes gesneden aardappelen, 3 geschilde en in stukjes gesneden appels (bijvoorbeeld Granny's), 1/2 theelepel koenjit, 1 theelepel kerriepoeder en 1/2 theelepel kaneel toe en bak dit al omscheppend 5 minuten. Voeg dan 8 dl kippenbouillon toe, breng het geheel aan de kook en kook de groenten in 30 minuten gaar. Pureer de soep met een staafmixer en breng haar op smaak met wat suiker, peper en zout.

Roer 3 eetlepels fijngehakt korianderblad door 1/8 liter crème fraîche en serveer dit bij de soep.

Romige pompoensoep

750 gr pompoen

1 ui

2 teentjes knoflook
3 eetlepels olie
1 liter groentebouillon
2 eetlepels sherry
peterselie
peper, zout
1 dl Sojacuisine (natuurvoedingswinkel)
amandelschaafsel

Schil de pompoen en snijd het vruchtvlees klein.
Snipper de ui en pers de knoflook uit.
Fruit de ui met de knoflook in de olie glazig, voeg de pompoen toe en laat dit een paar minuten zachtjes stoven.
Schenk er de bouillon en de sherry bij, voeg wat fijngeknipte peterselie en naar smaak peper en zout toe en laat de soep in 30 minuten zachtjes gaar koken.
Roer er de sojacuisine door, schep de soep in de borden en bestrooi die met wat geroosterd amandelschaafsel.

Pompoen met kokossoep
325 gr verse pompoen
2 theelepels vers limesap
75 gr (1/3 kopje) gedroogde garnalen
2 sjalotten
2 verse rode pepers
2 verse groene pepers
1 theelepel trassi
250 ml (1 kopje) dikke kokosolie
750 ml (3 kopjes) dunne kokosolie
zout naar smaak
4 verse zoute basilicumbladeren

Schil de pompoen, maar laat een beetje schil achter, zodat de pompoen bij het koken niet uit elkaar valt.
Giet het limesap over de pompoen en laat hem 20 minuten staan.
Doe de gedroogde garnalen, de sjalotten, de pepers en de trassi in een vijzel en stamp tot een gladde massa is ontstaan.
Giet de dikke kokosmelk in een steelpan en breng die aan de kook.
Voeg de kruidenmassa onmiddellijk toe en laat het geheel, al roerend, 5 minuten koken.
Voeg de pompoen toe, temper het vuur en laat de soep 10 minuten zacht doorkoken.
Voeg dan de helft van de dunne kokosmelk toe en breng het met zout op smaak.
Breng de soep opnieuw aan de kook en laat haar doorkoken tot de pompoen gaar, maar nog niet zacht is.
Voeg tenslotte de overgebleven kokosmelk en de basilicumbladeren toe, roer alles goed door elkaar, breng de soep opnieuw aan de kook en dien haar op.
Maaltijdpompoen- citroensoep
(3-4 personen)

1 liter groentebouillon
700 gr pompoen
het sap van 1 citroen
1 citroen in dunne schijfjes
100 gr crème fraîche
peper, zout

Voor de garnering:
2 eetlepels peterselie of verse koriander

Snijd de pompoen in 6-8 parten en verwijder de pitten en de draden (kleinsnijden en schillen hoeft niet, als de pompoen jong is).
Kook de stukken pompoen in 15-20 minuten in de bouillon gaar en pureer de soep.
Zet de soep weer op en voeg naar smaak citroensap, peper, zout en crème fraîche toe.
Garneer met peterselie en schijfjes citroen.
Serveer met stokbrood en kaas.

Pompoensoep met rijst

400 gr pompoenvlees
1 ui
2 teentjes knoflook
1 1/4 liter instant kippenbouillon
peper, zout, nootmuskaat
75 gr langkorrelrijst
100 gr boter
2 sneetjes witbrood
2 dl water

Snijd het pompoenvlees in blokjes en hak de ui en de knoflook fijn.
Breng de bouillon aan de kook en kook de groenten in 20 minuten gaar.
Kruid met peper, zout en nootmuskaat.
Breng intussen de rijst met 2 dl water aan de kook, zet, zodra het water kookt, het vuur lager en laat de rijst met het deksel op de pan in 15 minuten gaar worden.
Pureer het pompoenmengsel en roer er de rijst door.
Snijd de sneetjes brood in kleine blokjes en bak die onder voortdurend omscheppen in de helft van de boter krokant.
Roer de rest van de boter door de hete soep en serveer met de croûtons.

Tamarillocrèmesoep

(2 personen)
peper, zout
foelie, harissa
1 laurierblad
boter
300 gr pompoen
1/2 preiwit
1 kleine ui
enkele blaadjes lavas
1/2 runderbouillontablet
2 rijpe tamarillo's (Zuid-Amerikaanse vrucht, ook wel 'boomtomaat' genoemd)
1 kleine vleestomaat
50 gr puur kalfsgehakt en bloem
2 eetlepels room
1/2 eetlepel gehakte peterselie

Kook 1/2 liter water met een mespuntje harissa, de laurier, 1 eetlepel boter en 1/2 koffielepel zout.
Schil en ontpit de pompoen, snijd hem in stukken en leg die in het water.
Snijd de prei, de uien en de lavas klein en doe ze in het water.
Voeg na 45 minuten een mespuntje foelie en het bouillonblokje toe.
Was en pel de tamarillo's, haal het steeltje eraf, snijd ze in kleine stukjes en voeg die bij de soep.
Laat alles zachtjes gaar koken.
Pel de tomaat, ontpit hem en snijd hem in kleine stukjes.
Haal de laurier uit de pan, mix de soep en passeer de soep door een puntzeef.
Doe wat bloem op uw handen, maak van het gehakt balletjes ter grootte van een hazelnoot en pocheer ze in de soep gaar.
Proef of de soep genoeg smaak heeft en voeg er eventueel wat kruiden bij.
Doe er daarna de room in en breng de soep al roerend tot het kookpunt.
Haal de soep van het vuur en doe er de tomaatblokjes en de peterselie bij.

Deze soep is vers het lekkerst met plat ongedesemd of zuurdesembrood.

Koolrabi-crèmesoep

(2 personen)
1 koolrabi
1 eetlepel olijfolie
1 klein teentje knoflook
1/2 theelepel majoraan

**1/2 liter melk
1 kruidenbouillontablet
zout, peper
2 eetlepels kaascroûtons
1 takje verse basilicum**

**Schil de koolrabi en snijd hem in kleine blokjes.
Verhit de olijfolie en schep de koolrabi erdoor.
Pers het teentje knoflook erboven uit, voeg de majoraan toe en bak de koolrabi op een heel zacht vuur ± 3 minuten.
Voeg de melk en het bouillontablet toe en kook de koolrabi in ± 5 minuten zachtjes gaar.
Pureer de soep met een staafmixer of in de keukenmachine en breng haar op smaak met zout en peper.
Schep de soep in 2 borden, strooi er de kaascroûtons in en knip de basilicum erboven fijn.**

**Witlofroomsoep
500 gr witlof
3/4 liter water
1/8 liter slagroom
2 theelepels gembersiroop
citroensap
zout, peper, nootmuskaat**

**Snijd het witlof in smalle reepjes en kook die in lichtgezouten water gaar.
Roer er de slagroom en de gembersiroop door en breng haar op smaak met citroensap, zout en peper.
Laat de soep door en door warm worden en bestrooi vlak voor het opdienen met geraspte nootmuskaat.**

**Witlofsoep met gerookte paling
250 gr gerookte palingfilet
10 middelgrote stronken witlof
1 grote aardappel
25 gr boter
zout, peper
1/2 liter kippenbouillon
verse koriander of peterselie**

**Haal het bittere hart uit de witlofstronken, snijd ze overlans in tweeën en dan in kleinere stukken.
Schil de aardappel en snijd hem in fijne schijfjes.
Smelt de boter in een pot of pan met dikke bodem en stoof het witlof en de aardappelschijfjes op zacht vuur.
Dek de pot af en laat, onder regelmatig roeren, 10 minuten sudderen.
Voeg de kippenbouillon toe en laat nog 15 minuten garen.
Verwarm de oven voor op 100°C.
Ontvet en ontgraat de gerookte paling en snijd hem in dunne plakjes.
Leg die tussen 2 vellen aluminiumfolie en warm ze in de oven 10 minuten op.
Mix intussen het witlof-aardappelmengsel met een handmixer fijn tot de soep mooi glad is en breng op smaak met peper en zout.
Warm de soep goed door en verdeel haar met de stukjes paling over voorverwarmde borden.
Versier met koriander of peterselie.
Om de bitterheid te accentueren, mag er versgemalen zwarte peper over.**

**Witlofvelouté
2 uien
2 preiwitten
boter
1 kg witlof
1 1/2 liter gevogeltebouillon
1 kruidenbultje (1 takje tijm, 2 blaadjes laurier, peterselie)
30 gr bloem**

**1 dl room
2 eierdooiers
enkele kervelpukjes**

Snijd de uien en de preiwitten fijn en stoof beide in gesmolten boter aan tot de prei glazig wordt.

Houd 2-3 struikjes witlof apart voor de versiering, voeg de rest van het fijngesneden witlof aan de prei toe en laat 2 minuten meestoven.

Schenk er de gevogeltebouillon bij.

Voeg het samengebonden kruidenbultje toe en maak het aan de rand van de kookpot vast.

Laat de soep in een afgesloten pan in ± 30 minuten gaar worden.

Maak intussen een roux: smelt 15 gr boter, neem de pan van het vuur, spatel er de bloem door en laat die op het vuur al roerend enkele minuten drogen.

Voeg, als de soep bijna gaar is, de roux al roerend toe en laat die even meekoken.

Verwijder het kruidenbultje en mix de soep.

Zeef de soep daarna door een fijne zeef.

Laat alles weer aan de kook komen, schuim af en breng op smaak met zout.

Verwarm de borden voor.

Snijd voor de afwerking de overige stukjes witlof fijn en stoof ze in boter aan tot ze lichtjes glazig zijn.

Maak een liaison: roer de eierdooiers met de room los.

Dien de witlofvelouté op in een diep, warm bord met een eetlepel gestoofd witlof.

Giet er de warme soep over en voeg een scheutje liaison toe.

Versier met enkele plukjes kervel.

**Witlofsoep met pecannoten
(2 personen)**

**2 struikjes witlof
10 gr boter
1 theelepel tijm
2 dl melk
1 rundvleesbouillontablet
zout, peper
25 gr pecannoten
1 eetlepel fijngeknipte bieslook**

Was het witlof en snijd de struikjes in stukken.

Smelt de boter in een pan, schep het witlof en de tijm erdoor en smoor het witlof ± 2 minuten.

Voeg de melk, 2 dl water en het bouillontablet toe, breng de soep aan de kook en laat haar ± 4 minuten zachtjes doorkoken.

Hak de pecannoten fijn.

Pureer de soep.

Verwarm de soep opnieuw en breng op smaak met zout en peper.

Schep de soep in 2 diepe borden en strooi er de noten en het bieslook in.

Kikkererwten met pompoensoep

**2 blikken kikkererwten
2 teentjes knoflook
zout
1 theelepel gemalen komijn (djinten)
paprikapoeder, nootmuskaat
200 gr pompoen uit een potje
4 sneetjes volkorenbrood
1 bosje stoneleeks of lente-uitjes
2 theelepels olijfolie
wat verse koriander en muntblaadjes**

Laat de kikkererwten in het vocht met de knoflook, zout en de kruiden heet worden.

Laat de uitgelekte pompoen warm worden. Maak de stoneleeks of lente-uitjes

schoon en snij ze in vieren. Voeg ze toe aan de kikkererwten en laat ze samen heet worden. Schep het kikkererwtenmengsel bij de pompoen, bedruppel met de olie, bestrooi met de koriander en leg er wat blaadjes munt bij.

Italiaanse Kikkererwtensoepp met pasta

4 eetlepels olijfolie
1 fijn gesneden ui
1 fijn gesneden wortel
1 fijn gesneden stengel bleekselderij
1 fijn gesneden teentje knoflook
1 eetlepel rozemarijnnaaldjes
1/2 eetlepel fijn gesneden salie
2 blikken kikkererwten (á 400 gr), uitgelekt
1 liter kippenbouillon
200 gr penne (pasta)
2 tomaten in stukjes
6 eetlepels pesto
zout, cayennepeper
40 gr geraspte pecorino

verhit de olie en bak de ui, wortel, bleekselderij, knoflook, rozemarijn en salie ± 5 minuten.

Voeg de kikkererwten toe en bak die ± 3 minuten mee.

Voeg de bouillon toe, breng aan de kook en laat ± 20 minuten koken.

Kook de penne volgens de gebruiksaanwijzing beetgaar.

Schep de helft van de kikkererwten met een schuimspaandeksel uit de pan en pureer die.

Doe de puree in de pan terug, roer er de gekookte pasta en de tomaat door en laat alles nog enkele minuten koken.

Voeg de pesto toe en breng de soep met zout en cayennepeper op smaak.

Geef de pecorino er apart bij.

Kikkererwtensoepp

Fruit 1 kleingesneden ui met 1 uitgeperst teentje knoflook en 1 eetlepel Italiaanse keukenkruiden in 1 eetlepel olie.

Voeg 1/2 blik tomaatblokjes in tomatensap en 3/4 liter groentebouillon toe en kook de soep op zacht vuur 15 minuten.

Roer 1 uitgelekt blik kikkererwten door de soep en warm goed door.

Breng de soep op smaak met paprikapoeder, peper en zout en serveer haar met geraspte Parmezaanse kaas.

Koninginnesoepp I

Maak een extra sterke bouillon door 1 kip van ± 750 gr samen met het wit van 1 kleine prei en 1 stengel bleekselderij in 1 liter kippenbouillon in 1 1/4 uur zeer gaar te koken.

Neem de kip uit de bouillon en haal het vlees van de botjes.

Leg de helft van het borstvlies apart.

Snijd de rest van het vlees in kleine stukjes en wrijf die door een zeef tot puree.

Zeef en ontvet de bouillon.

Smelt in een pan, op laag vuur, 20 gr boter en voeg al roerend 20 gr rijstbloem toe.

Blijf roeren tot een glad mengsel ontstaat (= roux).

Giet er langzaam, al roerend, de bouillon bij, breng de soep aan de kook en laat deze, op laag vuur, onder af en toe roeren in 20 minuten gaar worden.

Meng de kippenpuree erdoor.

Klop vlak voor het serveren 1 eierdooier met 1/2 dl room los (= liaison).

Roer er enkele eetlepels warme soep door en giet dit, van het vuur af, al roerend bij de soep.

Verdeel 25 gr boter in klontjes en klop die één voor één door de soep.

Snijd de kippenborst in blokjes en meng ze door de soep.

Breng de soep op smaak met zout en peper.

Koninginnesoepp II

30 gr boter

25 gr bloem

1-1/4 liter kippenbouillon
1 eidooier
6 eetlepels room

Smelt de boter, roer de bloem erdoor en blijf roeren tot de bleke meelkleur is verdwenen.

Giet er geleidelijk, vooral in het begin, de koude gezeefde bouillon bij en blijf daarbij, steeds op laag vuur, roeren tot de soep licht bindt.

Neem wat kippenvlees van de botjes waarvan de bouillon is getrokken, snijd dit fijn en voeg het aan de soep toe.

Roer de eidooier los met de room en enkele lepels van de warme soep.

Meng dit dunne papje door de rest van de soep en lat de soep hierna niet meer koken.

Koninginnesoep III

35 gr boter

35 gr bloem

1 liter kippenbouillon

100 gr gaar kippenvlees in kleine stukjes

50 gr diepvriesdoperwtten

2 eetlepels gehakte peterselie

zout, versgemalen peper

1/2 dl koffieroom

Smelt de boter in een pan en roer er de bloem door.

Voeg er, voortdurend roerend, met kleine scheutjes tegelijk de bouillon aan toe tot een gebonden soep is ontstaan.

Voeg het kippenvlees, de doperwtten en de peterselie toe, zet het vuur laag, leg het deksel op de pan en laat de soep 5 minuten zachtjes koken.

Breng de soep met wat zout en peper op smaak en roer er vlak voor het serveren de koffieroom door.

Voorjaarssoep

Verwarm 1 liter kippenbouillon en roer er 1 ei door, zodat er dunne sliertjes ontstaan.

Breng de bouillon op smaak met knoflook, ve-tsin en een paar druppels citroensap.

Leg wat slabladeren in soepkommen of -borden en schenk daar aan tafel de soep op.

In plaats van sla kunt u ook een andere groente nemen, zoals sterrekers, waterkers of jonge raapstelen.

Zonnetjessoep

1 kleine ui

1 aardappel

boter

3 dl water

300 gr maïs (uit blik)

1 kippenbouillontablet

3 dl melk

2 plakjes salami

Pel de ui, schil de aardappel en snijd ze allebei in stukken.

Doe wat boter in een kookpot en laat die op zacht vuur smelten.

Doe er de stukken ui bij en laat die enkele minuten stoven (zorg, dat ze niet bruin worden).

Voeg ook de aardappelstukken en het water toe.

Houd 3 eetlepels van de maïs apart (die gebruikt u straks voor de versiering van de soep).

Doe de rest van de maïs in de kookpot, breng alles aan de kook en voeg het bouillonblokje toe.

Laat de soep 20 minuten koken.

Haal de pot dan van het vuur, zodat ze ophoudt met koken.

Mix de soep mooi glad en giet er de melk bij.

Giet de soep nog door een fijne zeef, zodat de maïsvelletjes achterblijven.

Schep in elk bord wat soep, leg in het midden een beetje maïskorrels en maak leuke zonnestrallen met reepjes salami.

Lentebouillon met bloemkool en groenteknikkers

**2 wortelen
2 courgettes
1 tomaat
1 soepkip
1 kruidenbultje (peterselie, tijm en laurier)
1 stukje citroenschil (3 cm lang, 1 cm breed)
1 kleine bloemkool
100 gr erwtjes
enkele kervelplukjes
peper, zout**

Maak de wortelen en de courgettes schoon en steek er met een Parijs uitsteeklepeltje kleine balletjes uit (bewaar het afval voor de bouillon). Pel de tomaat, verwijder de pitten en steek met een uitsteekvorm van ± 1 1/2 cm diameter rondjes uit het vruchtvlees (bewaar ook deze resten voor de bouillon). Leg de soepkip in 2 liter water, kruid met peper en zout en breng dit aan de kook. Verwijder zorgvuldig het schuim, voeg er het kruidenbultje, het citroenschilletje en de groenteresten aan toe en laat de bouillon ± 2 uur zachtjes trekken. Maak de bloemkool schoon, verdeel hem in 4 bollen ter grootte van een tennisbal en kook die in licht gezouten water beetgaar. Kook ook de groenteballetjes en de erwtjes, apart, in licht gezouten water beetgaar. Spoel de groenten onder de koude kraan af. Giet de bouillon door een zeef, ontvet hem met een stukje keukenpapier en breng hem opnieuw aan de kook. Schep wat bouillon in een kookpannetje en verwarm er de verschillende groenten in. Schik de bloemkoolbolletjes in het midden van 4 soepborden, leg er de groenteballetjes, de erwtjes en de tomaat rondjes omheen en overgiet met de hete bouillon. Versier tenslotte met enkele plukjes kervel.

Lentesoep

**1 1/2 liter instantbouillon
125 gr langkorrelrijst
1 prei
een stukje knolselderij
1/2 jonge bloemkool
4 jonge worteltjes
150 gr verse doperwtjes
50 gr kervel
peper, zout**

Breng de bouillon met de rijst aan de kook, dek de pan af en zet, zodra de bouillon kookt, het vuur lager. Maak intussen de groenten schoon, snijd de prei in dunne ringen en de knolselderij in stukjes. Hak de geschilde worteltjes in blokjes en verdeel de bloemkool in roosjes. Dop de erwtjes. Voeg de groenten na 10 minuten bij de bouillon en laat, zonder deksel, nog 10 minuten zachtjes koken. Snijd de topjes van de kervel, was ze, doe ze met een pollepel bouillon in een kom en mix ze fijn. Breng de soep op smaak met peper en zout en roer er de kervel door. Warm de soep nog even door, zonder haar te laten koken en dien direct op.

Paprikasoep I

**1 gesnipperde ui
3 rode paprika's in kleine stukjes
3 tomaten in stukjes
2 eetlepels olie
1/4 liter witte wijn
1/8 liter room
paprikapoeder
fijngeknijpte peterselie**

cayennepeper, zout

Fruit de ui, paprika's en tomaten in de olie.

Schenk de wijn erbij en laat 30 minuten sudderen.

Pureer de soep en wrijf haar door zeef.

Voeg de room toe en breng de soep op smaak met paprikapoeder, peterselie, cayennepeper en zout.

Paprikasoep II

750 gr gele of rode paprika

1 ui

1 teentje knoflook

3 eetlepels gesmolten boter

2 theelepels kerriepoeder

2 kruidenbouillontabletten

2 dl droge witte wijn

2 laurierblaadjes

1/8 liter slagroom

versgemalen peper

2 eetlepels fijngeknipte bieslook

1 zakje croûtons

Verwarm de oven voor op 200°C.

Leg de paprika's op een bakplaat en bak ze ± 30 minuten in het midden van de oven.

Pel en snipper de ui en de knoflook.

Snijdt de paprika's in stukken en verwijder de zaadlijsten.

Verhit de boter en bak de ui en de knoflook met het kerriepoeder in ± 3 minuten glazig.

Voeg de paprika, bouillontabletten, wijn en laurierblaadjes toe.

Breng het geheel aan de kook en laat op laag vuur ± 30 minuten trekken.

Verwijder de laurierblaadjes.

Pureer het paprikamengsel met een staafmixer of in een keukenmachine.

Hang een zeef boven een pan, schep de puree erin en roer die door de zeef.

Schenk er 3-4 dl water bij, of zoveel toe tot een gebonden soep ontstaat.

Breng de soep aan de kook, voeg al roerend de slagroom toe en breng op smaak met versgemalen peper.

Strooi de bieslook erover en geef de croûtons er apart bij.

Variatie: Gebruik in plaats van de paprika 1 kg pompoen, 500 gr aardappelen, 750 gr knolselderij, 1 kg asperges, 750 gr bloemkool of 750 gr broccoli.

Paprikasoep met garnalen

500 gr tomaten

500 gr rode paprika's

40 gr boter

1 fijngesnipperde ui

1 teentje knoflook

1 theelepel cayennepeper

2 eetlepels sherry

2 theelepels tijm

1 bouquet garni

1 liter visbouillon (tablet)

1/8 liter slagroom

peper, zout

100 gr garnalen

bieslook

Halveer de tomaten en de paprika's, verwijder de zaad en snijd ze in stukjes.

Smelt de boter in een grote pan en laat de ui 5 minuten zachtjes bakken.

Bak de uitgeperste knoflook en cayennepeper 5 minuten mee (laat ze niet kleuren).

Schenk de sherry erbij en laat de alcohol verdampen.

Voeg de tomaat, paprika, tijm en het bouquet garni toe en bak ze al omscheppend 5 minuten mee.

Voeg de visbouillon toe en laat 30 minuten zachtjes koken tot de paprika's helemaal gaar zijn.

Verwijder het bouquet garni en pureer en zeef de soep.

Verwarm de soep zachtjes, roer er de room door, breng op smaak met peper en zout en strooi er de garnalen en de fijngeknipte bieslook in.

Tomaten-paprikasoep

1 ui

2 rode paprika's

500 gr tomaten

2 eetlepels olijfolie

1 teentje knoflook

1/2 eetlepel paprikapoeder

1 eetlepel (verse) tijmblaadjes

1 dl medium dry sherry

3/4 liter kruiden- of kippenbouillon

zout, versgemalen peper

15 gr verse basilicum

4 eetlepels slagroom

Pel en snipper de ui.

Maak de paprika's schoon en snijd ze in stukjes.

Was de tomaten en snijd ze in stukjes.

Verhit de olie in een pan en fruit de ui en de paprika even aan.

Pers het teentje knoflook erboven uit en schep de tomaten met het paprikapoeder en de tijm erdoor.

Voeg de sherry toe en smoor de tomaten en de paprika in ± 15 minuten zachtjes gaar.

Pureer het tomaten-paprikamengsel met een staafmixer en wrijf het dan boven een soeppan door een zeef.

Roer de bouillon door de tomaten-paprikapuree.

Breng de tomaten-paprikasoep al roerend aan de kook en breng de soep pittig op smaak met zout en peper.

Snijd de basilicum in reepjes.

Schep de soep in 4 diepe borden en schep in het midden een lepel room.

Strooi de basilicum erover.

Paprika- mierikswortelsoep

1 rode paprika

50 gr mierikswortel (kant-en-klaar)

1 ui

1 eetlepel boter

1 eetlepel bloem

1 theelepel citroensap

1/2 liter groentebouillon

zout

2 eetlepels slagroom

versgemalen nootmuskaat

Was de paprika, snijd hem doormidden, verwijder zaadjes en zaadlijsten, houd 1/4 apart en snijd de rest in dobbelsteentjes.

Pel en snipper de ui.

Fruit de paprikastukjes, ui en mierikswortel in de hete olie, strooi er de bloem over, roer er de bouillon en het citroensap door en laat de soep 10 minuten zachtjes koken.

Zet er de mixer in.

Roer de room door de soep en breng krachtig op smaak met zout en nootmuskaat.

Snijd de apart gehouden paprika in reepjes en fruit die even aan.

Garneer de soep met wat geraspte mierikswortel en de gefruite paprikareepjes.

Paprika-preisoep

1 rode paprika

1 prei

1 pot bouillon met kip

50 gr fijne vermicelli

zout, peper

3 eetlepels gesnipperde verse peterselie

Maak de paprika schoon en snijd hem in kleine stukjes.

Maak de prei schoon en snijd het witte en lichtgroene gedeelte in smalle ringetjes. Verdun de bouillon volgens de aanwijzingen op de pot en breng hem aan de kook. Voeg de paprika, prei en fijngebroken vermicelli toe en laat de soep 8-10 minuten zachtjes koken.

Breng de soep op smaak met zout en peper en strooi de peterselie erover.

Paprika- roomsoep met cantharellen

10 rode paprika's

2 1/2 dl groentebouillon (instant)

1 teentje knoflook

een scheutje citroensap

peper, zout

2 1/2 dl witte wijn

1 ui

1/8 liter room

100 gr cantharellen

1 eetlepel olijfolie

Snijd de paprika's in de lengte doormidden, verwijder zaadjes en zaadlijsten, was ze, dep ze droog en pers er in een sapcentrifuge het sap uit.

Borstel de cantharellen schoon en fruit ze in de hete olijfolie.

Pel de ui en snipper hem fijn.

Blancheer de ui in licht gezouten water en laat in een zeef uitlekken.

Verwarm de wijn en laat er de ui in garen tot de wijn tot de helft is ingekookt.

Doe er de bouillon en de room bij en laat op zacht vuur pruttelen.

Voeg na 5 minuten het paprikasap toe en breng de soep op smaak met zout, peper, uitgeperste knoflook en wat citroensap.

Doe er tenslotte de gefruite cantharellen bij.

Serveer de soep in voorverwarmde kommen en schep er naar smaak een lepel opgeklopte room in.

Pittige paprikasoep met aubergine (2 personen)

1/2 kleine aubergine

zout

1 grote rode paprika

1 sjalotje

3 eetlepels olijfolie

1 teentje knoflook

2 theelepels chilipoeder

1/2 liter bouillon

2 theelepels verse tijmblaadjes

2 eetlepels geraspte geitenkaas

Snijd de aubergine in kleine blokjes, bestrooi ze met zout en laat ze een half uur liggen.

Snijd de paprika in stukjes.

Snipper het sjalotje.

Verhit 1 eetlepel olijfolie en fruit de paprika en het sjalotje even aan.

Pers het teentje knoflook erboven uit en bak het chilipoeder even mee.

Voeg de bouillon en de tijm toe en kook de soep in ± 5 minuten zachtjes gaar.

Pureer de soep met een staafmixer.

Dep de aubergine met keukenpapier droog.

Verhit in een koekepan 2 eetlepels olijfolie en bak de aubergineblokjes op hoog vuur bruin.

Schep de soep in 2 diepe borden, verdeel er de aubergineblokjes over en strooi de kaas erover.

Lekker met stokbrood.

Paprikasoep uit Andalusië (± 10 personen)

4 gele paprika's
40 gr boter
1 fijngesneden ui
2 fijngesneden teentjes knoflook
7 1/2 dl kippenbouillon (van tablet)
1 eetlepel cayennepeper
zout
5 eetlepels korianderblaadjes

Verwarm de oven voor op 200°C.
Rooster de paprika's in de oven 30-45 minuten tot het vel zwart is geblakerd.
Laat ze daarna 10 minuten in een gesloten plastic zak uitdampen.
Ontvel ze en snijd ze in stukjes.
Verhit de boter en bak de ui en de knoflook hierin 5 minuten.
Voeg de paprika's toe en laat alles 20 minuten zachtjes stoven.
Pureer het mengsel en voeg de bouillon, de cayennepeper en zout toe.
Breng de soep aan de kook en laat haar op zacht vuur 5 minuten koken.
Schenk de soep in kommetjes en bestrooi die met koriander.

Kruidenbouillon met deeghoedje

1 ui
500 gr kalfsbotten in stukken
300 gr runderpoelet
2 wortels in stukken
1 stengel bleekselderij in stukken
bouquet garni van tijm, peterseliestengels, laurier en peperkorrels
2 eiwitten
200 gr soepgroenten
200 gr kalfs- of rundergehakt
6 eetlepels verse tuinkruiden
4 plakjes bladerdeeg
2 eetlepels sesamzaad
4 ovenvaste soepkoppen

Verwarm de oven voor op 225°C.
Pel en halveer de ui.
Doe de botten, het poelet, de ui, de wortels en de bleekselderij in een braadslee en laat ze in midden van de oven in 40 minuten kleuren.
Doe alles in een grote soeppan en schenk er 1 liter koud water bij.
Roer de aanbaksel in de braadslee met wat water los en schenk ook dit in de pan.
Breng alles aan de kook en schuim regelmatig af.
Voeg het bouquet garni toe en laat de bouillon op laag vuur 4 uur trekken.
Zeef de bouillon door doek en laat afkoelen.
Verwarm de oven voor op 200°C.
Klop de eiwitten halfstijf.
Voeg de soepgroenten, het gehakt en het eiwit aan de bouillon toe en breng de soep al roerend langzaam aan de kook.
Blijf roeren tot een schuimlaag ontstaat, zeef de soep dan door een doek en voeg de tuinkruiden toe.
Schep de soep in kommen en dek die af met een plakje bladerdeeg.
Bestrooi met sesamzaad en bak het deeg in 20 minuten goudbruin.

Bouillon van groenten en kruiden **(3 liter vegetarische bouillon)**

2 uien
1 winterpeen
1 prei
1 stronk bleekselderij
10 hele tenen knoflook
3 tomaten
1 bos peterselie
3 eetlepels olijfolie

10 kruidnagels
20 gekneusde zwarte peperkorrels
3 laurierblaadjes
10 jeneverbessen
1 blaadje salie
een paar takjes tijm
1 takje rozemarijn
een paar takjes koriander

Maak alle groenten goed schoon en snijd ze in grove stukken.
Fruit de grofgesneden bleekselderij en de knoflooktenen even in de hete olie aan.
Voeg alle overige ingrediënten toe en overgiet dit met 3 liter koud water.
Breng dit aan de kook en laat de bouillon minstens 1 uur trekken.
U kunt de gezeefde bouillon serveren als voorgerecht, maar ze kan ook dienen als basis voor vegetarische sauzen, soepen of om bijvoorbeeld rijst in te koken.

Fijne kalfsbouillon met venkel

1 ui
1 winterwortel
2 stengels bleekselderij
1 eetlepel boter
2 stukken kalfsschenkel
1 takje verse tijm (of 1 theelepels gedroogde tijm)
1 laurierblaadje
1 stukje foelie
4 takjes peterselie
12 peperkorrels
2 kippenbouillontabletten
zout
1 venkelknol
8 sprietjes bieslook.

Maak de ui, winterwortel en bleekselderij schoon en snijd ze in grove stukken.
Verhit de boter in een braadpan en bak de kalfsschenkels onder af en toe keren in ± 10 minuten lichtbruin.
Neem de kalfsschenkels uit de pan, voeg aan het bakvet ± 2 1/2 dl water toe en roer de aanbaksels los.
Voeg de kalfsschenkels en 1 3/4 liter water toe, breng het tegen de kook aan en schep er met een schuimspaan het grauwe schuim af.
Voeg de ui, wortel, bleekselderij, laurier, foelie, peterselie, peperkorrels en bouillontabletten toe en laat de bouillon met het deksel schuin op de pan op heel laag vuur (met een sudderplaatje eronder) ± 4 uur trekken (ongeveer de helft van de bouillon moet kunnen verdampen).
Voeg, als het te snel gaat, heet water toe.
Maak een stuk kaasdoek of theedoek nat (let op dat deze niet naar wasmiddelen ruikt), wring het uit en bekleed hiermee een zeef.
Schep de kalfsschenkel en de stukken groente uit de bouillon.
Zet de zeef op een schone pan en zeef de bouillon erdoor.
Vul de gezeefde bouillon eventueel met water tot 1 liter aan.
Als er meer dan 1 liter is, verwarm de bouillon dan op zacht vuur, zodat er vocht kan verdampen.
Laat de bouillon niet meer koken, want daar wordt hij troebel van.
Laat de bouillon afkoelen en bewaar hem tot het gebruik in de koelkast of diepvriezer.
Maak de venkel schoon en bewaar het groen voor de garnering.
Halveer de venkel in de lengte en snijd hem in dunne reepjes.
Verwarm 4 diepe borden voor.
Voeg de venkel aan de bouillon toe en verwarm de bouillon ± 15 minuten tegen de kook aan tot de venkel beetgaar is.
Breng de bouillon eventueel met zout op smaak en schep hem in de warme borden.
Knip er de bieslook boven fijn en garneer met venkelgroen.

Kaasbouillon met bleekselderij
(2 personen)

2 stengels bleekselderij
1 vleesbouillontablet
1/2 pakje verse roomkaas met ham á 125 gr
5 sprietjes bieslook

Maak de bleekselderij schoon, verwijder de harde nerven met een dunschiller en snijd de stengels in dunne plakjes.

Breng 1/2 liter water met het bouillontablet en de bleekselderij aan de kook en kook de bleekselderij in ± 4 minuten zachtjes gaar.

Voeg de verse roomkaas met ham toe en laat die al roerend smelten.

Schep de kaasbouillon in 2 borden en knip de bieslook erboven fijn.

Lekker met kaasstengels.

Bouillon met omelet
1 kg runderschenkel
4 kalfsbotten of mergpijpen
2 grote uien in vieren
2 dunne preien in stukken
4 stengels bleekselderij in stukjes
1 winterwortel (200 gr) in stukken
2 laurierblaadjes
1 theelepel tijm
8 peperkorrels
8 cl Malagawijn
peper, zout
Madeira

Voor de omelet:

3 eierdooiers
1/2 dl slagroom
peper, zout
12 takjes kervel
1 eetlepel boter
peterselie

Doe 3 liter water, de schenkel en de botten in een pan, breng dit langzaam aan de kook en schuim regelmatig af.

Voeg de groenten en de kruiden toe en laat de soep zonder deksel tegen de kook aan 2 1/2 uur trekken.

Hang een zeef boven een andere pan, leg daar een doek in en schenk de soep door de zeef.

Laat de soep afkoelen en verwijder de vetlaag.

Doe de eierdooiers, de slagroom, zout en peper in een kom, knip de kervel erboven fijn en klop dit door elkaar.

Verhit de boter in een koekepan, schenk het eimengsel erin en bak de omelet met het deksel op pan.

Steek er met een uitsteekvormpje figuurtjes uit.

Verwarm de bouillon, breng haar op smaak met de Malagawijn, peper en zout en schenk haar in de soepkommen.

Garneer met de omelet en de peterselie.

Roer er aan tafel een scheutje Madeira door.

Als u een dubbelgetrokken bouillon wilt maken, voeg dan 4 stengels bleekselderij, 200 gr winterwortel, 2 laurierblaadjes en 500 gr bouillon- of soepvlees aan de ingekookte bouillon toe.

Laat de bouillon zonder deksel tegen kook aan nog 1 uur trekken en zeef haar opnieuw boven een andere pan.

Bouillon met omeletrolletjes
2 eieren
1 eetlepel melk
1 eetlepel fijngeknipte bieslook
1/2 eetlepel plantaardige olie
75 gr champignons

2 grote tomaten
1 lente-uitje
8 dl kruidenbouillon (van een tablet)
1 theelepel kerrievoeder
zout

Klop de eieren met de melk en de bieslook los.
Verhit de olie in een koekenpan en bak van het eimengsel een mooie omelet.
Rol de nog warme omelet op, pak hem in huishoudfolie en bewaar hem tot het gebruik in de koelkast.
Maak de champignons schoon en snijd ze in plakjes.
Ontvel en ontpit de tomaten en snijd het vruchtvlees in kleine stukjes.
Maak het lente-uitje schoon en snijd het in dunne ringetjes.
Breng de bouillon met het kerrievoeder en de champignons aan de kook en laat 3 minuten zachtjes koken.
Snijd intussen de omelet met een scherp mes in plakjes.
Breng de bouillon op smaak met wat zout.
Verdeel de tomaat, de lente-ui en de omelet over 4 borden en schep er de bouillon over.
Lekker met een stukje uienstokbrood.

Japanse soep met eidraadjes en peultjes
Een heldere soep wordt bijna als een schilderijtje gecomponeerd: een stukje vis, perfect van vorm en kleur, een toefje groen voor het contrast en een fraai gekruld stukje schil van een citrusvrucht.
Al deze ingrediënten drijven in een kom glinsterend heldere soep.
Traditioneel worden deze soepen net als bloemstukjes gecomponeerd uit drie basis elementen.
Het belangrijkste ingrediënt, de 'gastheer', is een kort gekookt stukje vis, een schaal of schelpdier, of een stukje kip. Dit ingrediënt staat voor het jaargetijde.
Het aanvullende ingrediënt, de 'gast', kan bestaan uit een groene groente, enkele paddestoelen of wat zeewier.
Tenslotte zorgt gembersap, een klein kruidig blad of een reepje citroenschil voor een geurige garnering. Heldere soepen met hun pure smaak moeten altijd van de allerbeste en verste dashi worden gemaakt.

125 gr peultjes
8,5 dl dashi
1/2 theelepel lichte sojasaus
zout
2 eieren

Snijd de peultjes diagonaal in zeer smalle reepjes.
Blancheer deze 1 minuut in kokend water met wat zout.
Haal ze uit de pan en dompel ze in koud water.
Laat de peultjes uitlekken en dep ze droog.
Breng de dashi net aan de kook.
Zet het vuur laag en maak de bouillon op smaak met sojasaus en zout.
Klop de eieren los in een kom.
Voeg de peultjes aan de warme dashi toe en schenk de eieren in een dun straaltje in de pan.
Haal de pan onmiddellijk van het vuur en schep de soep in voorverwarmde soepkommen.

Bouillonsoep met vlees
750 gr runderschenkel
2 liter water
1 schoongemaakte en kleingesneden ui
2 geschilde en in blokjes gesneden aardappelen
2 schoongemaakte en in ringen gesneden preien
2 schoongemaakte en in plakjes gesneden worteltjes
4 takjes peterselie
2 takjes selderij
5 geplette witte peperkorrels
zout

Doe de schenkel met het water in een pan en breng het geheel aan de kook.
Voeg de kleingesneden ui, de blokjes aardappel, de ringen prei, de plakjes wortel, de takjes peterselie en selderij en de geplette peperkorrels toe.
Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat de bouillon ± 2 1/2 uur zachtjes trekken.
Haal de schenkel uit de bouillon en snijd het vlees in kleine blokjes.
Zeef de bouillon en doe hem terug in de pan.
Breng de bouillon aan de kook en laat hem bij vrij veel hitte inkoken tot nog ± 1 1/2 liter bouillon is overgebleven.
Voeg de stukjes vlees toe en maak de bouillonsoep op smaak met wat zout en peper.

Gebonden palmhartensoep
350 gr palmharten uit blik
7 dl kippenbouillon
25 gr rijstbloem
2 dl melk
zout, peper
2 eidooiers

Snijd de palmharten in stukken en pureer ze met een scheutje van de kippenbouillon in een foodprocessor of andere keukenmachine.
Maak de rijstbloem in een kommetje aan met een scheutje van de melk.
Roer de palmhartepuree met het bloemmengsel in een pan door elkaar, voeg de rest van de kippenbouillon en de melk toe en breng de soep onder voortdurend roeren aan de kook.
Zet het vuur laag en laat de soep 3 minuten zachtjes koken.
Maak de soep op smaak met wat zout en peper.
Klop de eidooiers in een kommetje los en roer er enkele eetlepels van de hete soep door.
Roer het dooiermengsel door de soep tot een gebonden geheel is ontstaan. Laat de soep echter niet meer koken, daar hij dan zou kunnen schiften.

Slasoep
Verhit 50 gr boter in een pan en fruit daarin 1 fijngesnipperde ui en 2 fijngehakte teentjes knoflook.
Voeg vervolgens 300 gr fijngesneden slabladeren toe en roer goed.
Strooi er 1 1/2 eetlepel bloem over en laat alles al roerend even bakken.
Giet er daarna beetje voor beetje 1 liter kippenbouillon bij en roer goed.
Breng de bouillon aan de kook en laat deze ± 7 minuten koken. Wandel met een staafmixer door de soep, tot alle sla is gepureerd.
Breng de soep op smaak met zout en versgemalen zwarte peper.
Klop in een kommetje 1 eidooier door 1 1/2 dl slagroom en roer enkele eetlepels hete soep door de room.
Neem de pan van het vuur en giet al roerend beetje voor beetje de verdunde room door de slasoep.
Bestrooi de soep vlak voor het opdienen met 1 eetlepel fijngehakte kervel.
Peterselie smaakt ook goed.
Serveer de soep met knapperig stokbrood.

Romige slasoep
25 gr boter
1 schoongemaakte en kleingesneden ui
1 schoongemaakte en in reepjes gesneden krop sla
1 liter kippenbouillon
1 eidooier
1 dl slagroom
zout, peper
1 eetlepel fijngehakte peterselie

Verhit de boter in een pan en fruit hierin de kleingesneden ui 3 minuten. Voeg de reepjes sla en de bouillon toe en breng het geheel aan de kook. Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat de soep 20 minuten zachtjes koken.
Klop de eidooier in een kommetje los met de slagroom. Roer enkele eetlepels van de hete soep door het roommengsel.

Roer het mengsel door de soep tot een gebonden geheel is ontstaan. Zorg er echter voor dat de soep niet meer kookt, daar hij dan zou kunnen schiften. Maak de slasoep op smaak met wat zout en peper en serveer haar, bestrooid met de fijngehakte peterselie.

Slasoep met kaastoastjes

1 ui
2 sjalotten
3 teentjes knoflook
2 eetlepels olie
2 bleekselderijstengels
2 preistengels
1 kropsla
1 1/2 liter water
3 bouillonblokjes (kip of vlees)
8 toastjes of Krisprolls
kruidenkaas met knoflook (bijvoorbeeld Boursin)

Schil de ui en snipper hem fijn.

Snijd de sjalotjes in ringen.

pel de knoflook en hak hem klein.

Stoof de ui, sjalot en knoflook in de olie.

Maak de selderij en de prei schoon, snij ze in stukken en doe die met de gewassen sla erbij in de pan.

Laat nog enkele minuten stoven.

Voeg het water en de bouillonblokjes toe, breng de soep aan de kook en laat haar zonder deksel nog 5 minuten doorkoken.

Mix de soep en dien haar op met toastjes, besmeerd met kruidenkaas.

Tip: deze soep is ook lekker als u de kruidenkaas er net voor het opdienen door roert.

Kikkerbillensoep met spinazie
(8 personen)

Voor de kippenfond:

3 grofgesneden wortelen
2 grofgesneden uien
het groen van 1 prei
1 bosje selderijgroen
5 liter water
4 kipkarkassen of 2 soepkippen
tijm, laurier
1 teentje knoflook
peperkorrels, zout

Voor de soep:

32 kikkerbillen
1 kg spinazie
zout

Voor de roux:

70 gr boter
100 gr bloem

Voor de liaison:

2 eierdooiers
2 dl room

Breng voor de gevogeltefond de kipkarkassen met de wortelen, de uien, de prei en de selderij in 5 liter water aan de kook, doe er de tijm, laurier, knoflook, peperkorrels en zout bij, laat minstens 1 uur trekken en passeer de fond.

Kook de kikkerbillen in wat gevogeltefond gaar, verwijder het vlees van de beentjes en leg het vlees in een soepterrine.

Laat de fond tot ± 3 liter inkoken.

Verwijder de nerven uit de spinazie, was ze, gaar ze zonder deksel enkele ogenblikken in kokend gezouten water en spoel de groente onder koud stromend water af.

Laat uitlekken e druk er voorzichtig zoveel mogelijk vocht uit.

Hak de spinazie, maal ze met wat van de bouillon in een blender of met de mixer heel fijn (de spinazie moet heel fijn worden gemalen, omdat dit de kleur van de soep bepaalt).

Smelt voor de roux de boter, roer er de bloem door en laat die op het vuur drogen.

Bind hiermee ± 3 liter van de bouillon en laat die enkele minuten inkoken.

Voeg de gemalen spinazie bij de bouillon, maar laat de soep niet meer koken, want de soep mag niet verkleuren.

Breng op smaak met peper en zout.

Klop de eierdooiers met de room los, giet deze liaison op het kikkerbillenvlees in de soepterrine en vul aan met de soep.

Roer even, zodat de eierdooiers niet stollen.

Heldere kikkerbillensoep met venkel

1/2 soepkip

2 uien

2 preien

1 kleine selderijknol

4 wortelen

1 1/2 liter water

peper, zout

tijm, laurier

250 gr visgraten (van tong en tarbot)

1/2 liter droge witte wijn

250 gr kikkerbillen

100 gr tomatenpuree

150 gr rundergehakt

4 eiwitten

1/2 dl Pastis

1 venkelknol

Maak een bouillon van de soepkip, de uien, de helft van de prei, selderij en wortelen en het water.

Kruid met peper, zout, tijm en laurier.

Maak de visgraten schoon en zeef er de bouillon op.

Voeg de wijn toe en laat de soep 20 minuten zachtjes trekken, zonder echt door te koken.

Zeef de bouillon opnieuw en schep er zorgvuldig het vet af.

Kook er de kikkerbilletjes in gaar, schep ze uit de bouillon en haal er het vlees af.

Snijd de rest van de prei, selderij en wortelen fijn en vermeng ze met de tomatenpuree, het rundergehakt en de eiwitten.

Proef de bouillon en kruid zo nodig bij.

Voeg de Pastis toe en breng de soep aan de kook.

Roer er het groentemengsel door en breng de soep weer aan de kook.

Zet het vuur laag en laat ± 30 minuten zachtjes trekken.

De bouillon zal nu helder worden en het groentemengsel zal een koek vormen boven de soep.

Haal de stelen van de venkel, snijd hem doormidden, verwijder de harde kern, snijd de bladeren in kleine dobbelsteentjes en kook die in wat gezouten water beetgaar.

Bewaar het groene loof om in de soep te strooien.

Schenk de soep voorzichtig door een over een pan gespannen neteldoek of zuivere vaatdoek.

Let erop dat u de groenten niet perst.

Verdeel het kikkerbilletjesvlees en de venkel over de soepkommen, schep er de heldere bouillon op en strooi er het venkelloof over.

Heldere bouillon met worteltjes en zeewier

Maak 200 gr worteltjes schoon en snijd ze in reepjes.

Halveer 3 blaadjes nori (gedroogde zeewier) en knip of snijd ze in heel dunne reepjes.

Maak 1 dunne prei schoon en snijd hem in heel dunne ringetjes.

Breng 1 pot gevogeltefond (inh. ± 380 ml) met 5 dl water en 1 kippenbouillontablet aan de kook, voeg de worteltjes toe en kook ze in ± 3 minuten beetgaar.

Schep er de nori, de prei en 100 gr eiermie door en breng de soep weer aan de kook.

Neem de pan van het vuur en breng de soep op smaak met 2 eetlepels Japanse sojasaus, 2 eetlepels droge sherry en eventueel peper en zout.
Serveer direct.

Heldere kippensoep met avocadoballetjes

1 liter kippenbouillon (zelf getrokken of uit een pot)

1 glaasje droge sherry

2 eetlepels citroensap of aceto balsamico (donkere Italiaanse azijn)

2 eetlepels sojasaus

± 10 steeltjes bieslook

1 klein rood Spaans pepertje

1 rijpe avocado

Snijd het kippenvlees uit de pot in smalle reepjes of snijd wat vlees van de soepkip in reepjes.

Verhit de bouillon met de sherry, het citroensap of de azijn en de sojasaus.

Knip de bieslook in rolletjes.

Halveer het pepertje in de lengte, verwijder de zaadlijsten en de zaadjes en snijd de helften in uiterst smalle boogjes.

Halveer de avocado in de lengte en wip de pit eruit.

Steek met een balletjessteker (meloenlepeltje) kleine balletjes uit het vruchtvlees of snijd de avocado in blokjes.

Verdeel ze met het kippenvlees en de peperringetjes over de borden.

Schep de bouillon erop en bestrooi met de bieslook.

zo trekt u zelf bouillon

± 750 gr soepkip (of vleugeltjes, nekjes en maagjes)

1 ui

1 wortel

1 stengel bleekselderij

1 laurierblaadje

1 takje verse tijm of 1/2 theelepel gedroogde tijm

1 plukje foelie

zout, versgemalen peper

Breng de kip met 1 1/2 liter koud water langzaam aan de kook.

Schep er het schuim af.

Snijd de ui met de binnenste bruine schil in vieren.

Snijd de geraspte wortel en de bleekselderij in stukken.

Doe de ui, de wortel, de bleekselderij, het laurierblaadje, de tijm, de foelie en wat zout en peper bij de kip in de pan en laat met het deksel schuin op de pan ± 2 uur tegen de kook aan trekken.

Zeef de bouillon eerst door een zeef en daarna door een natgemaakte keukendoek die in een zeef wordt gelegd.

Ontvet de bouillon (dat gaat het makkelijkst door de bouillon te laten afkoelen en in de koelkast te zetten, zodat u het gestolde vet eraf kunt scheppen).

Houd er rekening mee dat de soep zout en peper krijgt van de sojasaus en het Spaanse pepertje.

Heldere kippensoep met ananas

(6 personen)

2 preien

1 kleine selderijknol

5 wortelen

2 uien

1 teentje knoflook

1 soepkip van ± 1 kg

boter

6 peperkorrels

70 gr tomatenpuree

100 gr gehakt rundvlees

5 eiwitten

1/2 ananas
1 1/2 dl room
2 eetlepels amandelschilfers
enkele kervelplukjes
tijm, laurier
peper, zout

Maak de prei, de selderij en de wortelen schoon, was ze en snijd alles in kleine stukjes. Houd 1/4 van deze groenten apart.

Was de uien, verwijder het kroontje en snijd ze, ongeschild, in stukken.

Snijd de soepkip in stukken en bak die in een klontje boter goudgeel.

Voeg er 3/4 van de prei-, selderij en wortelstukjes aan toe, alsook de uien en het geplette teentje knoflook.

Laat even fruiten en voeg er dan 3 liter water bij.

Breng op smaak met de peperkorrels, tijm, laurier en zout.

Laat de bouillon ± 4 uur zachtjes koken en schuim regelmatig af.

Vermeng de overige groentestukjes met de tomatenpuree, het rundergehakt, de eiwitten, peper en zout en kneed dit goed door elkaar.

Giet de bouillon door een zeef en schep het vet er zorgvuldig af (u kunt het vet er ook afdeppen met behulp van enkele velletjes keukenpapier).

Breng de gezeefde bouillon opnieuw aan de kook en kruid met peper en zout.

Voeg er al roerend het groenten-vleesmengsel aan toe en laat dit, net onder het kookpunt, ± 40 minuten trekken.

Schil intussen de ananas, verwijder de harde kern en snijd het vruchtvlees in dobbelsteentjes.

Haal het kippevlees van de botten en snijd het in reepjes.

Klop de room stijf.

Rooster de amandelschilfers in een droge pan en laat ze afkoelen.

Schep de helder geworden bouillon voorzichtig door een neteldoek en breng haar weer aan de kook.

Verdeel het kippevlees en de ananasstukjes over 4 borden en giet er de warme consommé over.

Schep er een lepeltje room op en versier met de amandelschilfers en de kervelplukjes.

Heldere tomatensoep

Breng 1 1/4 liter heldere runderbouillon aan de kook.

Snijd enkele ontvelde en ontpitte vleestomaten fijn en laat ze in de bouillon zachtjes gaar worden.

Maak de soep af met 50 gr gekookte rijst, 1/2 theelepel suiker en 1 eetlepel fijngehakte kervelblaadjes.

Heldere bouillon met koriander-muntpesto

2 teentjes knoflook

1 cm verse gemberwortel

25 gr korianderblad

15 gr munt

25 gr pijnboompitten

2 vleestomaten

125 gr tahoe

2 bosuitjes

9 dl runderbouillon (eventueel van tablet)

1 eetlepel citroensap

2 eetlepels olijfolie

peper, zout

3 eetlepels croûtons met peterselie (Royco)

Pel de knoflook en schil de gemberwortel.

Was de koriander en de munt en laat ze uitlekken.

Rooster de pijnboompitten in een droge koekepan.

Ontvel de tomaten, verwijder de zaadjes en snijd het vruchtvlees in blokjes.

Snijd de tahoe in blokjes.

Maak de bosuitjes schoon en snijd ze in ringen.

Hak de knoflook, gember, koriander, munt, pijnboompitten en het citroensap

in een keukenmachine fijn. Schenk de olie in de draaiende machine en meng tot een egale pasta. Breng die op smaak met ruim peper en wat zout. Breng de bouillon aan de kook, voeg de tomaten, tahoe en bosui toe en warm 2 minuten door. Verdeel de pesto over de borden, schep de soep erop en bestrooi met de croûtons.

Variatietip:

Vervang voor een vegetarische soep de runderbouillon door kruiden- of groentebouillon.

Of: Met peterselie-muntpesto:

Vervang de koriander door een gelijke hoeveelheid peterselie.

Croûtons

Snijd 4 witte boterhammen zonder korstjes in dobbelsteentjes.

Verhit in een koekepan 2 eetlepels olie en bak ze in 5 minuten knapperig.

Bestrooi met peper en zout.

Variatietip:

Fruit in de olie eerst een geperst knoflookteentje en voeg dan het brood toe.

Of: Besmeer de boterhammen, voordat u ze in blokjes snijdt, met pesto.

Heldere aspergesoep

500 gr witte asperges

2 meiknolletjes in dunne plakken

1 eetlepel boter

1 kippenbouillontablet

zout, peper

2 eetlepels fijngehakte kervel

2 eetlepels fijngesneden bieslook

200 gr gerookte zalm in dunne reepjes

Was de asperges, schil ze en verwijder de harde uiteinden.

Breng de schillen en de afsnijdsels met 1 liter water aan de kook en laat ze 30 minuten trekken.

Zeef de vloeistof en bewaar die.

Steek met een uitsteekvormpje figuurtjes uit de plakken meiknol.

Snijd de asperges in stukken van 2 cm en houd de aspergepunten apart.

Verhit de boter en roerbak de aspergestukjes 5 minuten.

Voeg de gezeefde vloeistof en voeg het bouillonblokje toe.

Breng de soep aan de kook en laat haar 15-20 minuten koken.

Roer de aspergepunten en de uitgestoken meiknolletjes door de soep en laat nog 5-10 minuten koken.

Breng de soep op smaak met peper en zout en roer er voor het serveren de kervel, bieslook en reepjes zalm door.

**Heldere ossenstaartsoep met mierikswortel
(8 personen)**

250 gr soepgroenten

1 1/2 kg ossenstaart in stukken

1 eetlepel jeneverbessen

4 kruidnagels

4 laurierblaadjes

1 eetlepel peperkorrels

1/2 liter rode wijn

peper, zout

200 gr kerstomaatjes

100 gr verse mierikswortel

1 bosje bieslook

Was de soepgroenten, snijd ze grof, leg ze met het vlees en de kruiden op een bakplaat en bak alles 20 minuten in de op 250°C voorverwarmde oven aan.
Doe al deze ingrediënten dan in een grote pan, week de aangebakken restjes met rode wijn los en doe ze ook in de pan.
Vul de pan bij met 3 liter water, breng aan de kook, haal het schuim eraf en laat alles op zacht vuur 4 uur koken.
Giet de soep door een zeef en kruid met peper en zout.
Was de kerstomaatjes en snijd ze in vieren.
Schil de mierikswortel, halveer hem in de lengte en snijd hem dan met een dunschiller in plakjes.
Knip het bieslook in rolletjes, doe alles bij de soep en warm die nog even op.

De mierikswortel is een vrij dikke, harde wortel van 30- 40 cm lang met een ruwe huid en wit vlees. Voor het gebruik moet u hem schillen en dan raspen.
Bij het raspen komt scherpe mosterdolie vrij, waardoor uw ogen kunnen gaan tranen.
Mierikswortel wordt verwerkt in sauzen of gemengd met geraspte appel. Om verkleuring tegen te gaan, mengt u er een beetje citroenzuur of azijn bij.
Kook mierikswortel niet mee, want dan verdwijnt de smaak.

Heldere fazantensoep met sherry (10 personen)

Voor de fazantenfond:

**1 fazantenkarkas en -bouten of 1 fazant
1 kippekarkas
olie
2 grofgesneden uien
2 grofgesneden wortelen
1 eetlepel tomatenpuree
1 bosje selderij
1 prei
2 mergpijpen
1 takje tijm
1 blaadje laurier
zout
10 geplette peperkorrels
6 liter water
boter**

Voor het klaren:

**2 wortelen
1/2 bleekselderij
2 preien
3-4 eetlepels tomatenpuree
300 gr rundergehakt
1 geperst teentje knoflook
1 takje tijm
1 blaadje laurier
zout
5 geplette peperkorrels
12-15 zuivere eiwitten**

Voor het garnituur:

**1 wortel
1 prei
1/2 selderijknol
het borst- en boutvlees
kervelplukjes
1-2 dl sherry**

Fond:

**Verwijder het borstvlees en de bovenbouten van de fazant en hak de fazanten- en kippekarkas in stukken.
Sauteer die in wat olie, voeg 1 grofgesneden wortel en 1 ui toe en laat die mee kleuren.**

Roer er de tomatenpuree door.

Breng het water met de schoongemaakte, maar niet gesneden groenten aan de kook, voeg de mergpijpen en de kruiden toe en laat 1 uur zachtjes koken.

Voeg de karkassen en de gesauteerde groenten toe en laat nog 1 uur trekken.

Ontvet en ontschuim regelmatig.

Bak het borst- en boutvlees even in boter aan en laat het ± 10 minuten in de fond garen.

Schep het gare vlees uit de fond en houd het apart voor het garnituur.

Zeef de fond en ontvet hem zeer goed.

Klaren:

Snijd de groenten in dobbelsteentjes, vermeng ze met de tomatenpuree, het gehakt, de kruiden en de eiwitten en klop het geheel los.

Giet de fond erop, breng de soep onder regelmatig roeren aan de kook en laat haar op laag vuur 1/2 uur trekken.

Passeer de soep door een neteldoek en warm haar weer op.

Garnituur:

Maak juliënne van de wortel, knolselderij en prei, kook ze in kokend gezouten water gaar en spoel ze af.

Snijd het vlees in juliënne en pluk de kervel.

Verdeel de sherry en de rest van het garnituur in soepkommen en giet er de kokende consommé over.

Versier met kervelplukjes en dien de soep warm op.

Heldere runderbouillon

2 liter water

500 gr runderschenkel met been

500 gr bouquet garni (prei, wortel, tijm, peterselie, laurier, selderijstelen en ui)

Blancheer de schenkel en zet een pan op met twee liter water.

Doe de geblancheerde schenkel in de pan, zet het vuur hoog en breng het water aan de kook.

Draai, als het water kookt, het vuur lager, zodat het water tegen het kookpunt blijft.

Voeg de gewassen en gesneden garni aan het water toe en laat het geheel ± 5 uur trekken.

Haal dan het vlees uit de bouillon en zeef de bouillon, zodat er geen garni meer in zit.

Nu kunt u de bouillon gebruiken om allerlei soepen en sauzen te maken.

Maar u kunt ook gewoon een kopje bouillon nemen; breng dit op smaak met wat peper en zout.

Heldere groentesoep

100 gr rundergehakt

300 gr gesneden soepgroenten

100 gr vermicelli

1 1/2 liter runderbouillon

40 gr aardappelmeel

zout, peper, maggi, peterselie en bieslook

Zet een pan met water op en breng het water aan de kook.

Vermeng het gehakt met wat peper en zout en rol er kleine balletjes van.

Kook de balletjes 15 minuten in het kokende water gaar.

Haal de balletjes er dan uit en kook de vermicelli in dit water gaar.

Was de gesneden soepgroenten en voeg deze bij de 1 1/2 liter runderbouillon.

Breng deze weer aan de kook.

Zet het vuur laag en laat het geheel een uur trekken.

Voeg dan de balletjes en de vermicelli aan de bouillon met groenten toe.

Maak de soep op smaak met wat peper, zout en water.

Breng de soep aan de kook en bindt deze met het aangemaakte aardappelmeel.

Was en hak de peterselie en de bieslook en voeg deze voor het serveren aan de soep toe.

Heldere groentesoep met tartaarballetjes

150 gr tartaar

1/2 theelepel gehaktkruiden

**50 gr sperziebonen
1 rode paprika
2 vleesbouillontabletten
150 gr soepgroente
(versgemalen) zwarte peper**

**Meng de kruiden door de tartaar en rol de tartaar tot kleine balletjes.
Was de sperziebonen, maak ze schoon en snijd ze in stukjes van ± 1/2 cm.
Was de paprika, maak hem schoon, snijd hem in smalle reepjes en de reepjes in kleine blokjes.
Breng in een pan 1 liter water aan de kook, verkruimel de bouillontabletten erboven en laat de tartaarballetjes, sperziebonen en soepgroente afgedekt ± 8 minuten zachtjes meekoken.
Voeg de paprikastukjes toe en laat die op laag vuur onafgedekt nog ± 1 minuut meekoken.
Breng op smaak met peper.
Verdeel de soep over 4 borden.
Serveer er met kaas gegratineerd stokbrood bij.**

**Heldere minestrone-soep
100 gr macaroni
2 grote uien
2 grote paprika's (groen en rood)
80 gr rundergehakt
50 gr tomatenpuree
50 gr tomatenketchup
1 liter bouillon
zout, peper, oregano en maggi**

**Maak de uien schoon en snijd ze in kleine blokjes.
Zet de bouillon op laag vuur en voeg de gesneden uien eraan toe.
Zet een pan met water op en kook hierin de macaroni met wat zout gaar.
Snijd de paprika's in kleine blokjes en voeg deze aan de bouillon toe.
Maak het gehakt op smaak met wat peper en zout, rol hiervan mooie gelijkmatige balletjes en voeg deze aan de zachtjes kokende bouillon toe.
Voeg de gare macaroni met wat oregano aan de soep toe.
Meng de tomatenpuree en ketchup door de bouillon.
Breng de soep op smaak met zout, peper en maggi en laat haar dan nog een half uurtje zachtjes koken.
Serveer de soep met stukjes geroosterd brood.**

**Heldere uiensoep
500 gr uien
1 liter water
100 gr oude kaas
1/5 stokbrood
20 gr boter
50 gr tomatenpuree
zout, peper, peterselie en bieslook**

**Maak de uien schoon en snijd ze in ringen.
Zet een koekepan met daarin boter op en fruit de uiringen licht aan.
Voeg de tomatenpuree hieraan toe.
Giet op het mengsel wat bouillon en roer het geheel goed door.
Breng het mengsel over in een hoge pan en zet deze op een laag vuur.
Breng de soep op smaak met zout en peper en laat hem drie kwartier trekken.
Was en hak de peterselie en bieslook.
Snijd het stokbrood en rasp de kaas.
Schenk de soep in soepkommen en leg in iedere kom een stukje stokbrood.
Strooi hierover wat geraspte kaas en zet de soepkommen vervolgens een kwartier in een op 180 graden voorverwarmde oven.
Strooi, als de kaas gesmolten is, voor het serveren nog wat gehakte peterselie en bieslook over de soep.**

Heldere knoflooksoep

neem ± 30 flinke tenen knoflook en kook die 20 minuten in een ruime hoeveelheid water uit.

Giet de tenen af en kook ze nogmaals 20 minuten uit.

Nadat u de tenen nogmaals heeft afgegoten, heeft u een goede basis voor verschillende soepen (bijvoorbeeld de volgende pittige tomaten-knoflooksoep).

Heldere kervelsoep met oesterzwammen

150 gr oesterzwammen
2 kruidenbouillontabletten
15 gr verse kervel
(versgemalen) zwarte peper
keukenpapier

Breng in een pan 1 liter water aan de kook.

Veeg intussen de oesterzwammen met keukenpapier schoon en snijd ze in reepjes.

Verkruimel de bouillonblokjes boven het kokende water en laat de bouillon ± 3 minuten doorkoken.

Voeg dan de oesterzwammen aan bouillon toe en laat de soep onafgedekt ± 3 minuten doorkoken.

Knip boven een kopje de kervel fijn.

Breng de soep op smaak met peper en roer er de kervel door.

Schep de soep in vier diepe borden.

Heldere ossenstaartsoep

(6 personen)

1 1/4 kg ossenstaart in stukken
125 gr ham in dobbelsteentjes
3 fijngehakte stengels bleekselderij
2 grote, fijngehakte wortelen
1 kleine, fijngehakte ui
6-8 eetlepels fijngehakte koolraap
4 eetlepels fijngehakte prei
1.4 liter water
2 takjes bonenkruid
2 takjes tijm
1 takje dragon
4 takjes peterselie
3 eetlepels tomatenketchup
275 ml rode port
1 theelepel zout
1/2 theelepel peper
1-1/2 eetlepel boter
1 eetlepel bloem
175 gr fijngehakt vlees van de staart
fijngehakte peterselie

Fruit de ossenstaart, ham en groenten op een vrij hoog vuur in wat boter, steeds roerend, tot alles goudbruin is.

Voeg water, kruiden, ketchup, port, zout en peper toe.

Sluit de pan, breng de soep aan de kook en laat haar 3 uur sudderen tot de ossenstaart gaar is. Af en toe afschuimen als dat nodig is.

Giet de soep door een zeefdoek en houd de ossenstaart apart.

Koel de soep af en schep het vet eraf.

Smelt 1-1/2 eetlepel boter tot ze borrelt, strooi de bloem erover en fruit de bloem al roerend ± 3 minuten.

Voeg geleidelijk de ossenstaartbouillon toe; kook al roerend tot de soep glad gebonden is.

Controleer de smaak en verbeter die eventueel met zout, peper, ketchup en port.

Voeg het fijngehakte vlees toe, maak de soep weer heet en garneer haar met

veel fijngehakte peterselie.

**Ossenstaartsoep van Oma
(8 personen)**

1 ossenstaart
2 liter water
bloem
25 gr boter
50 gr magere ham
1 ui
2 wortelen
tijm
foelie
peper, zout
2 eetlepels sherry

Snijd de ossenstaart in stukken van 5 cm.

Snijd de ham en de groenten in vrij kleine dobbelsteentjes.

Breng de stukken ossenstaart onder koud water aan de kook, schuim af, neem de stukken vlees uit de bouillon en zeef de bouillon door een zeefdoek.

Wentel de stukken ossenstaart door wat bloem en bak ze in de boter regelmatig bruin.

Voeg de ham en de groenten toe en smoor die mee tot ze goed bruin zijn.

Giet de bouillon erop, breng de soep aan de kook en laat haar in een goed gesloten pan 3/4 uur zachtjes koken.

Zeef de soep door een zeefdoek, garneer haar met stukjes vlees van de staart en voeg vlak voor het opdienen de sherry toe (de soep mag dan niet meer koken).

Maaltijd- ossenstaartsoep

100 gr in blokjes gesneden mager rookspek
20 gr boter
1 teentje knoflook
1 ui
150 gr champignons
200 gr aangemaakt gehakt
1 blik ossenstaartsoep
1 pot witte bonen
1 bekertje zure room
fijngeknippte peterselie

Smelt de boter en bak hierin het spek uit.

Bak dan de fijngesnipperde knoflook, de kleingesneden ui, de in plakken gesneden champignons en het tot balletjes gedraaide gehakt met het spek mee.

Bereid de soep volgens de gebruiksaanwijzing op het blik en voeg die samen met de witte bonen aan het spekmengsel toe.

Warm het geheel goed door.

Schep op de borden een lepel zure room op de soep en strooi er peterselie over.

Tip: Kook naar smaak een flinke scheut sherry mee.

Ossenstaartsoep I

1 ossenstaart
een klein stukje mager rookspek
boter
1 flinke ui
enkele worteltjes
2 eetlepels bloem
3 liter water
zout
15 witte en zwarte peperkorrels
2 dl madeira

**peterselie, bladselderij, basilicum, rozemarijn, salie, marjolein
100 gr gare doperwtjes**

**Laat de ossenstaart door de slager in stukken hakken.
Bak het stukje rookspek langzaam uit en bak in het uitgelopen spekvet de
stukken ossenstaart bruin.
Bak dan ook even de in schijven gesneden ui en wortelplakjes mee.
Strooi de bloem erover en laat die al roerend lichtbruin worden.
Doe er onder goed roeren het water bij en voeg zout en peperkorrels toe.
Breng de bouillon aan de kook en laat die 4-5 uur trekken.
Als het goed is, dient de bouillon wat geleiachtig te zijn.
Zeef de bouillon en haal de mooie stukken vlees van de staart.
Laat in de madeira de gewassen kruiden op een zacht vuur ± 15 minuten
trekken; zeef dit, bak de kruidige madeira met de stukjes vlees en voeg de
doperwten bij de soep.**

Ossenstaartsoep II (12 personen)

**2 of 3 gewassen en 15 minuten in water geweekte ossenstaarten
1 hamschijf van 750 gr
4 liter water of runderbouillon
zout
4 middelgrote wortelen
2-4 uien
1 bouquet garni
1 bosje selderij
2 koolrapen
6-8 kruidnagels
1/2 theelepel peperkorrels
1 eetlepel arrowroot of rijstebloem
cayennepeper**

**Doe de ossenstaarten en de hamschijf in een flinke pan, giet er het water
of de bouillon bij en breng het langzaam aan de kook.
Voeg zout toe en schuim zorgvuldig af tot er geen schuim meer aan de
oppervlakte komt.
Voeg dan wortel, het bouquet garni, de selderij, koolraap, kruidnagels en
peperkorrels toe.
Laat de soep 3 uur trekken (3 1/2 uur als het om hele grote ossenstaarten
gaat).
Neem de staarten uit de pan, zeef het nat en schep er al het vet af.
Snijd de staarten bij de gewrichten in stukken en zet deze in 2 liter van
het gezeefde nat op het vuur.
Roer er, zodra het begint te koken, de arrowroot in en er voldoende zout
en cayennepeper in om de soep flink te kruiden.
Dien de soep heet op.**

**Als u de soep laat trekken tot het vlees van de botten valt, krijgt u een
bouillon die, afgekoeld, een vrij stevige gelei vormt.
Als u deze gelei zeeft, laat indikken en vervolgens op smaak brengt met
kruiden, ketchup of wat wijn, krijgt u een soep, die vele superieur zullen
vinden aan de hierboven beschreven soep.**

**Ossenstaartsoep met oesterzwammen
1 blik ossenstaartsoep
boter
200 gr oesterzwammen
1 soeplepel fijngesneden bieslook of lente-ui
1 dl room
2 eierdooiers
1 theelepel milde kerrie**

Snijd de oesterzwammen in fijne reepjes en bak die in een klontje boter bruin.

Vermeng de eierdooiers met de room en de kerrie.

Breng intussen de inhoud van een blik ossenstaartsoep, verdund met een blik water aan de kook.

Neem de pan van het vuur, voeg de oesterzwammen toe en roer er voorzichtig het ei-room-kerriemengsel door.

Warm de soep opnieuw op, maar laat haar niet koken.

Versier met de fijngehakte bieslook of lente-ui en dien de soep zo snel mogelijk op.

Ossenstaartsoep met Parelgort (4-6 personen)

Een middeleeuwse soep die met lepel, vork en mes moet worden gegeten.

**1250 gr ossenstaart
1 middelgrote ui
3 teentjes knoflook
2 stengels bleekselderij
1 theelepel zout
1 3/4 liter water
6-8 eetlepels parelgort
6-8 eetlepels bruine linzen
zout, zwarte peper
peterselie**

Snijd de ossenstaart in stukken.

Hak de ui en de bleekselderij niet al te fijn.

Hak de knoflook zeer fijn.

Breng het water met de ossenstaart, de groenten en het zout aan de kook en laat het vlees in de gesloten pan in 1 1/2 uur gaar sudderen.

Schuim de soep regelmatig af.

Laat de soep koud worden, koel haar in de koelkast en schep het vet eraf.

Breng de soep weer aan de kook, voeg de parelgort toe en laat de soep ± 45 minuten flink doorkoken.

Voeg, als de gort veel vocht opneemt, water toe.

Voeg de linzen toe en laat de soep nog ± 45 minuten koken tot de linzen gaar zijn, maar niet uit elkaar vallen.

Voeg, als de soep te dik is, nog wat water toe en laat de soep weer aan de kook komen.

Breng op smaak met zout en peper.

Serveer de soep, flink bestrooid met gehakte peterselie.

Runderconsommé (10 personen)

Voor de bouillon:

**5-6 liter water
750 gr runderpoelet
4 kruidnagels
2 uien
2 wortelen
1 prei
1 bos selderij
tijm, laurier
zout, 10 geplette peperkorrels
2 teentjes knoflook
peterseliestengels**

Voor het klaren:

**2 wortelen
1 prei
1 stengel bleekselderij
3 eetlepels tomatenpuree
1 teentje knoflook
tijm, laurier**

**zout, 5 geplette peperkorrels
300 gr rundergehakt
12 eiwitten**

**Voor het garnituur:
het vlees van de bouillon
enkele sprietjes bieslook**

**Bouillon:
Breng het vlees in gezouten water aan de kook en schuim grondig af.
Steek de kruidnagels op de uien.
Voeg de ongesneden groeten toe.
Schuim regelmatig af en ontvet.
Doe de kruiden erbij en laat 1 1/2 uur trekken tot het vlees gaar is.
Giet de soep door een puntzeef en houd het vlees in een bodempje bouillon apart.**

**Klaren:
Was de groenten, maak ze schoon en snijd ze in dobbelsteentjes.
Vermeng de dobbelsteentjes met de tomatenpuree, de geplette knoflook, de kruiden en het rundergehakt en voeg er een beetje water bij.
Meng de losgeklopte eiwitten erdoor.
Giet de bouillon erover, breng al roerend aan de kook en laat op laag vuur 40 minuten trekken.
Passeer het geheel door een natte neteldoek.
Snijd het soepvlees in dobbelsteentjes en knip de bieslook fijn.
Doe het garnituur in een soepterrine en overgiet met de kokende consommé.**

**Kastanjesoep
850 ml kastanjes uit blik
1 venkelknolletje
1 ui
50 gr boter
1/2 liter runder- of kippenbouillon
1 laurierblad
versgemalen peper, nootmuskaat
2 dl slagroom
50 gr geraspte Emmentaler**

**Maak het venkelknolletje schoon, was het (bewaar het groene loof) en snijd het, samen met de gepelde uien in blokjes. snijden.
Bak de groenten in de gesmolten boter licht aan en giet er de bouillon bij.
Voeg de kruiden toe en laat 25 minuten zachtjes pruttelen.
Voeg er tenslotte de kastanjes en de slagroom aan toe en pureer de soep met een mixer.
Serveer de soep met het venkelloof en de geraspte kaas.**

**Pindasoep
(6 personen)**

**1 teentje knoflook
1 rood pepertje of 1 theelepel sambal oelek
1 prei
1 blik kikkererwten (400 gr)
1 blik maïs (300 gr)
1 tuinkruidenbouillontablet (Maggi)
1 pot Chicken-to-night-saté (500 gr)
1 blikje kokosmelk (400 ml)
4 eetlepels knapperbolletjes (Royco)**

**Pel en snipper de knoflook.
Maak het pepertje schoon, verwijder de zaadjes en snijd het in ringetjes.
Was de prei en snijd hem in ringen.
Laat de kikkererwten en de maïs uitlekken.
Breng al roerend 4 dl water met het bouillontablet, de knoflook, de peper en de Chicken-to-night aan de kook.**

**Schep er de erwten, de maïs en de kokosmelk door en breng het geheel al roerend opnieuw aan de kook.
Voeg de prei toe en warm de soep 1 minuut door.
Garneer met de knapperbolletjes.**

**Pinda bravoe
(pindasoep)
(2 personen)**

**1 liter kippenbouillon (van 2 tabletten)
200 gr kipfilet in reepjes
1 eetlepel olie
2 kleine gesnipperde uien
100 gr pindakaas
1 gesnipperde groene peper (zaadjes verwijderd)
2 eetlepels fijngehakte selderij
gefruite uitjes**

**Breng de kippenbouillon aan de kook en kook de reepjes kipfilet in de bouillon in ± 10 minuten gaar.
Bak de ui in de olie knapperig goudbruin.
Roer de pindakaas met 5 eetlepels bouillon glad, schenk dit bij de rest van de bouillon en voeg de peper toe.
Laat de soep nog ± 5 minuten trekken.
Schep de soep in kommen en strooi er selderij en gefruite uitjes over.
Serveer met extra schaaltes met ± 150 gr rijst (snelkook) en seroendeng.**

**Pittige pindasoep met bosui
(2 personen)**

**2 bosuitjes
1/2 rode Spaanse peper
1 kippenbouillontablet
3 volle eetlepels pindakaas
1 eetlepel ketjap manis
zout, peper
1 eetlepel fijngeknipte verse koriander of peterselie**

**Snijd de bosuitjes in flinterdunne ringetjes.
Verwijder de zaadjes uit de Spaanse peper en snijd de peper in dunne reepjes.
Breng 1/2 liter water met het bouillontablet aan de kook, roer de pindakaas en de ketjap erdoor en blijf roeren tot de pindakaas opgelost en de soep licht gebonden is.
Roer de peperreepjes en de bosui erdoor en breng de soep op smaak met zout, peper en eventueel nog een scheutje ketjap.
Verwarm de soep nog ± 1/2 minuut.
Schep de soep in 2 diepe borden en strooi er de peterselie over.**

**Pikante Surinaamse pindasoep
De Madame Jeanette, een zeer scherpe peper, maakt deze soep lekker pittig.
Wees voorzichtig met Madame Jeanette, de soep wordt gauw te scherp.**

**Bak 2 fijngesneden sjalotten ± 5 minuten in 1 eetlepel olie.
Voeg 1 theelepel geraspte gemberwortel en 2 ontvelde, in stukjes gesneden tomaten toe en bak die ± 3 minuten mee.
Voeg 1 liter kippenbouillon, 1 blaadje laurier, 1/2 theelepel pimentpoeder, 1/2 theelepel komijnpoeder en 1 in blokjes gesneden bakbanaan toe.
Breng de soep aan de kook en laat haar ± 30 minuten doorkoken.
Roer 1 potje pindakaas (350 gr) met een beetje hete bouillon los en roer dit door de soep.
Roer er 2 eetlepels fijngesneden selderij door en voeg 1 Madame Jeanette toe.
Laat de soep nog ± 10 minuten doorkoken.
Verwijder de Madame Jeanette voor het serveren.**

Pinda-paksoesoep

(6 personen)

**400 gr paksoi
1 Spaanse peper
2 eetlepels olie
2 teentje knoflook
1 theelepel ketoembar
2 theelepels koenjit
1 pot bouillon met kip
175 gr pindakaas
sojasaus
droge sherry**

Pel de knoflook, plet hem met de platte kant van een mes en snijd hem in dunne plakjes. Doe de inhoud van de pot bouillon in een schaal en doe er de helft van de op de pot vermelde hoeveelheid water bij.

Snijd de paksoi in stukjes kip eventueel wat kleiner.

Snijd de paksoi in stukjes, was ze en laat ze uitlekken.

Was de Spaanse peper, snijd hem in de lengte open, verwijder de zaden en zaadlijsten en snijd hem in lange dunne repen.

Verhit in een wadjan (wok of soeppan) de olie en bak de paksoi op een hoog vuur ± 2 minuten.

Voeg de knoflook, peperreepjes, ketoembar en koenjit toe en roerbak dit nog 2 minuten.

Voeg de bouillon toe.

Roer de pindakaas erdoor en voeg 2 theelepels sojasaus en wat sherry toe.

Breng de soep snel aan de kook en laat hem op matig vuur nog 8 minuten doorkoken.

Sopa de mani

(Mexicaanse pindasoep)

eetlepels olijf- of zonnebloemolie

1 kleingesneden ui

1 uitgeperst teentje knoflook

2 in stukjes gesneden rode paprika's

1 schoongemaakte, van zadjes ontdane en fijngehakte groene peper

1 liter runderbouillon

200 gr pindakaas

zout

Verhit de olie in een pan en fruit hierin de kleingesneden ui en het uitgeperste teentje knoflook 3 minuten.

Voeg de stukjes paprika en de fijngehakte peper toe en fruit alles onder regelmatig omscheppen 2 minuten.

Voeg de bouillon toe en breng het geheel aan de kook.

Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat de soep 10 minuten zachtjes koken.

Roer van de pindakaas met 2 dl warme soep in een kom een glad geheel.

Schenk het pindakaasmengsel onder voortdurend roeren in de soep.

Laat de soep, zonder deksel op de pan, nog 5 minuten zachtjes doorkoken en maak hem op smaak met wat zout.

Creoolse pindasoep uit Brazilië

(6 personen)

450 gr rundvlees in blokjes van 2 1/2 cm

6 koppen water

4 vleesbouillonblokjes

1 gesnipperde ui

1/4 theelepel zout

versgemalen zwarte peper

1 kop pindakaas

1 groene Spaanse peper (van zaad ontdaan en gehakt)

4 rode paprika's uit blik (in repen gesneden)

Doe het vlees, het water, de bouillonblokjes, de ui, zout en peper in een soeppot of pan en breng het aan de kook.

Zet het vuur laag, sluit de pot of pan en laat 2 uur sudderen tot het vlees gaar is.

Doe de pindakaas in een kom, voeg al roerend 1 kop van de hete bouillon toe en blijf roeren tot de pindakaas is opgelost.

Doe het pindamengsel in de soep, beetje bij beetje, steeds goed roerend.

Doe er vervolgens de groene pepers bij en laat het zonder deksel 15 minuten sudderen.

Doe er, als de soep klaar is, al roerend de repen paprika bij en serveer de soep onmiddellijk.

Crème Chantilly (roomsoep met linzenpuree)

1 soepkip

1 wortel

1 ui

1 stengel prei

250 gr linzen

1 dl Room

2 Eierdooier

peterselie

peperkorrels

1 stukje foelie

zout

Zet de soepkip met ruim water op en breng het aan de kook.

Maak de ui en de wortel schoon en doe ze met de prei en wat fijngesneden peterselie bij de kip.

Laat enkele uren trekken tot de kip gaar is.

Zeef de bouillon.

Zet de linzen 12 uur van te voren in de week, doe ze dan in de bouillon en kook ze daarin langzaam gaar.

Wrijf hierna alles door een fijne zeef en breng de soep op smaak.

Neem de soep van het vuur en roer er de room en de eierdooiers voorzichtig door.

Bestrooi de soep met peterselie en serveer haar met het gesneden kippevlees.

Potage crème Aurore

50 gr boter

40 gr bloem

6 1/2 dl kalfs- of kippenbouillon

200 gr rijpe, vlezige tomaten

1 sjalotje

peper, zout

1 eetlepel boter

1 1/2 eetlepel kleine dobbelsteentjes wortel

1 1/2 eetlepel kleine dobbelsteentjes sperzieboontjes

3/4 eetlepel kleine dobbelsteentjes bleekselderij

3/4 dl room

Smelt de boter, voeg de bloem toe en laat het mengsel 2-3 minuten fruiten.

Voeg van het vuur af de bouillon toe, breng de soep aan de kook en laat haar 30-40 minuten sudderen.

Veeg de tomaten schoon, snijd ze in tweeën en knijp het zaad eruit.

Snijd ze klein en doe ze met het gehakte sjalotje en de boter in een pan.

Breng ze op smaak en kook ze tot een dikke brij.

Wrijf ze door een zeef en voeg ze aan de soep toe.

Kook intussen de worteltjes in een beetje bouillon en de selderij en de boontjes in wat water.

Schuim de soep af, voeg de room toe en controleer de smaak.

Voeg de groenten toe en breng de soep voorzichtig tegen de kook aan.

Linzensoep

3 eetlepels olijfolie

2 fijngesneden teentjes knoflook

200 gr grofgesneden uien

100 gr in plakjes gesneden champignons

3/4 liter groentebouillon van een tablet
2 eetlepels citroensap
250 gr rode linzen
1/2 literblik gepelde tomaten
3 laurierblaadjes
3 kruidnagels of 1 theelepel kruidnagelpoeder
200 gr gesneden soepgroente
lavas
cayennepeper
tamari

Verhit de olie in een ruime soeppan en bak de knoflook daarin aan.
Voeg de uien toe en laat ze even fruiten.
Doe de champignons erbij en bak ze mee.
Voeg dan de bouillon, het citroensap, de linzen, tomaten, laurier en kruidnagel toe en laat dit ca 45 minuten koken.
Doe er dan de soepgroente bij en laat de soep nog 15-20 minuten koken.
Maak op smaak met lavas, cayennepeper en tamari.

Linzensoep II
500 gr linzen
1 grote ui
enkele worteltjes
2 teentjes knoflook
1 bosje selderij
1 laurierblad
majoraan, lavas, rozemarijn
100 gr spekblokjes
azijn
zout

Laat de linzen enkele uren weken en kook ze in ± 1 uur met de knoflook, 1/2 ui, de selderij, laurier, majoraan, rozemarijn, lavas en de worteltjes gaar.
Wrijf de linzen door een zeef.
Snipper de rest van de ui, fruit die met de spekblokjes en voeg dit bij de linzenpuree.
Voeg zo nodig nog wat water, zout en een klein scheutje azijn toe.

Linzensoep III
1 ui
2 wortelen
1 stengel bleekselderij
1 rode paprika
200 gr rode linzen
3/4 liter kruidenbouillon
30 gr boter
4 takjes peterselie
zure room
zout, peper

Snipper de ui.
Maak de selderij schoon en snijd hem in ringen.
Maak de wortels schoon en snijd ze in plakken.
Verwijder het zaad en de zaadlijsten van de paprika en snijd hem in stukjes.
Houd wat selderij en paprika apart.
Verhit de boter in een pan en smoor daarin alle groenten, behalve de linzen.
Voeg na ± 2 minuten de bouillon en de linzen toe en laat de soep 30 minuten zachtjes koken.
Voeg naar smaak zout en peper toe en garneer met een toefje zure room, selderij, paprika en een takje peterselie.

Linsensuppe
(linzensoep)

(8 personen)

Een traditionele Duitse maaltijdsoep.

Vleeslijst:

250 gr bruine linzen
250 gr gerookt buikspek
1 grote prei
1 kleine ui
2 eetlepels gehakte snijselderij
bouquet garni
1 3/4 liter water

Groentelijst:

375 gr aardappelen
60 gr spekvet of reuzel
1 ui
1 eetlepel bloem
zout, peper
1-2 kleine preien
Gehakte peterselie

Naar wens:

250 gr rauwe rookworst (eventueel Frankfurters)

Hak de groenten van de vleeslijst fijn en doe ze met alle andere ingrediënten van de vleeslijst in een ruime pan.

Breng dit aan de kook en laat het in een gesloten pan ± 2 uur sudderen, tot het spek net gaar is.

Snijd de aardappelen van de groentelijst in dobbelsteentjes, voeg ze aan de soep toe en laat ze mee sudderen.

Als u rauwe rookworst gebruikt, moet u ook die nu toevoegen.

Smelt in een kleine pan het vet en laat de fijngehakte ui licht bruinen.

Roer de bloem erdoor en voeg iets kookvocht toe.

Laat dit mengsel 10 minuten sudderen en roer het dan door de soep.

Breng de soep op smaak met (weinig) zout en peper.

Hak de overgebleven preien zeer fijn, voeg ze met de peterselie aan de soep toe en laat de soep nog 5 minuten sudderen.

Turkse rode linzensoep

(6 personen)

2 eetlepels boter
3 kleine gesnipperde uien
3 teentjes knoflook uit de knijper
1 kop rode linzen, één nacht geweekt en afgegoten
1 theelepel paprikapoeder
2 laurierblaadjes
een snufje basilicum
1 theelepel zout
versgemalen zwarte peper
2 liter kippe- of runderbouillon
2 eetlepels fijngehakte peterselie

Verhit de boter in een grote soeppot en sauteer de uien en de knoflook 2 minuten op een middelhoog vuur.

Voeg er de linzen, paprika, laurier, basilicum, zout, peper en bouillon bij en breng het geheel aan de kook.

Draai het vuur laag, doe het deksel erop en laat het 1 1/2 uur koken. Pureer de soep en wrijf haar door een zeef.

Verhit nogmaals tot er damp af komt.

Serveer de soep, bestrooid met peterselie.

Libanese linzensoep met lamsvlees

500 gr mager lamsvlees in blokjes
200 gr rode linzen
1 fijngehakte ui
de schil van 2 citroenen of limoenen
een mespunt saffraan
het sap van 1 citroen of limoen
7 1/2 dl runderbouillon of water
1/2 theelepel zout
versgemalen zwarte peper
1/4 fijngesneden witte kool

Laat de linzen een nacht in ruim water weken en giet ze af.

Doe het vlees, de linzen, de ui, het citroen- of limoensap en de schil, de saffraan en de bouillon in een grote pan.

Breng alles aan de kook, schuim de soep af, voeg zout en peper toe, temper het vuur en laat de soep nog 1 uur koken.

Voeg de kool toe en laat alles nog 45 minuten trekken.

Verwijder voor het serveren de citroenschil.

Linzensoep met prei en zalm
(4-6 personen)

400 gr rode linzen
1 liter groentebouillon (tablet)
2 uien
1 laurierblad
zout
1/8 liter room
1 stuk zalmfilet van ± 200 gr
1 dunne prei
1 eetlepel boter
wat citroensap
1 mespunt cayennepeper

Laat de linzen 1 nacht in 1 1/2 liter koud water weken.

Verwarm de groentebouillon, doe er de room bij en laat een keer opkoken.

Giet de linzen af, laat ze uitlekken, doe ze bij de bouillon en kook ze in 20 minuten gaar.

Snijd de vis in de lengte doormidden en snijd beide helften dwars in fijne plakjes.

Zet de zalm op een koele plaats weg.

Snijd de prei in kleine stukjes, spoel die zorgvuldig, breng ze in een pan met 1/2 liter water en 1/2 theelepel zout aan de kook en laat 1 minuut koken.

Doe de prei in een fijne zeef, laat onder koud water schrikken en laat goed uitlekken.

Zet de mixer in de soep en breng deze op smaak met zout, boter, citroensap en cayennepeper.

Verdeel de plakjes zalm over de borden, schep er de hete soep over en doe er de prei in.

Kikkererwtensoepp met lamsvlees
(6-8 personen)

Een goed gevulde soep, die vooral tijdens de Ramadan wordt gegeten, van kikkererwten, lamsvlees met -bot (zodat de bouillon extra krachtig wordt) en geurige kruiden als koriander, gember en kaneel.

150 gr kikkererwten
2 eetlepels olijfolie
1 kg lamsvlees met bot in stukken
2 fijngesneden uien
100 gr linzen
1/2 knolselderij in stukjes
2 stukjes geschilde gemberwortel van 1 cm
5 fijngesneden takjes peterselie
5 fijngesneden takjes koriander
15 draadjes saffraan
1/4 theelepel kaneel

1 kg fijngesneden ontvelde tomaten
zout, peper
1-2 eetlepels limoensap
3-4 eetlepels fijngesneden korianderblaadjes

Voor het serveren:
plakjes limoen
dadels

Laat de kikkererwten 1 nacht in ruim koud water weken.
Verhit de olie en bak de stukken vlees en de ui hierin in 5-10 minuten lichtbruin.
Voeg de uitgelekte kikkererwten, linzen, knolselderij, gemberwortel, peterselie, koriander, saffraan, kaneel, tomaten, zout, peper en 1 1/2 liter water toe en laat alles op zacht vuur 1 1/2-2 uur koken.
Neem het vlees en de gemberwortel uit de pan.
Haal het vlees van de botten, snijd het in stukjes en doe die terug in de pan.
Breng de soep met zout, peper en limoensap op smaak en strooi er voor het serveren korianderblaadjes over.
Serveer de soep met plakjes limoen en dadels.

Klassieke erwtensoep
300 gr varkenspoot zonder vel
250 gr zuurkoolspek
400 gr spliterwten
1 1/2 liter water
2 uien
2 preien
1/2 knolselderij
1 runderrookworst
zout, peper
fijngeknipte selderij

Breng de varkenspoot, het zuurkoolspek, de spliterwten en 1 theelepel zout met het water aan de kook en laat dit op laag vuur ± 2 uur trekken.
Neem het vlees uit de pan en snijd het fijn.
Schenk de bouillon in een andere pan, pureer de erwten en voeg de bouillon er weer bij.
Snipper de uien en snijd de preien in dunne ringen.
Schil de knolselderij en snijd hem in blokjes.
Kook de groenten 20 minuten met de erwtenpuree mee en breng de soep op smaak met peper en zout.
Wel de rookworst 20 minuten, snijd hem in plakjes en voeg die samen met het vlees aan de soep toe.
Bestrooi de soep met flink wat fijngeknipte selderij.
Dien haar in diepe borden op en geef er (stok)brood bij.

Erwtensoep II
1 hamshijf van ± 500 gr of 3 schouderkarbonades
150 gr zuurkoolspek
1 grove rookworst
400 gr spliterwten
1 selderijknol
500 gr prei
1 winterwortel
1 bosje selderij
2 aardappelen
zout, peper
1-2 bouillontabletten
roggebrood

Was de erwten en zet ze op met 3 1/2 dl koud water en de hamshijf.
Laat ze koken en schuim zo nodig af.
Voeg het zuurkoolspek toe en kook alles in ± 2 uur zachtjes gaar.
Voeg de in stukjes gesneden prei, wortel en knolselderij en het gehakte selderijgroen toe.

**Leg er de worst bij en voeg de geraspte rauwe aardappelen toe.
Voeg 5 dl (of meer) water en de bouillontablet(ten) toe.
Laat nog 30 minuten zachtjes doorkoken.
Breng de soep op smaak met zout en peper.
Neem de hamschijf, de worst en het zuurkoolspek uit de soep.
Snijd de worst in plakjes en de hamschijf in stukjes en voeg dit weer aan de soep toe.
Snijd het spek in dunne plakjes, leg die op het roggebrood en geef dit, met mosterd, bij de soep.**

N.B.: het selderijgroen dat aan de knol zit, is niet eetbaar.

Erwtensoep III (7 liter)

**500 gr spliterwten
1 grote selderijknol
1 winterpeen
1 dikke prei
1/2 bosje peterselie
1/2 bosje selderij
1 flinke aardappel
1 ui
1 hamschijf met bot
250 gr buikspek
2 slagersrookworsten
7 bouillonblokjes
zout, peper**

**Breng de gewassen spliterwten met de hamschijf en het buikspek in 5 liter water aan de kook.
Schuim de bouillon af en laat de soep 45 minuten trekken.
Haal de hamschijf en het buikspek uit de soep, snijd die in kleine stukjes (verwijder het bot en vette stukjes) en doe het vlees weer in de soep.
Voeg de in blokjes gesneden knolselderij, de in plakjes gesneden wortel, de gesnipperde ui, de in blokjes gesneden aardappel en de (hele) rookworsten toe.
Breng de soep weer aan de kook en laat haar 30 minuten zachtjes doorkoken.
Doe er dan de fijngesneden prei, peterselie en selderij bij en maak de soep op smaak met peper, zout en bouillonblokjes.
Roer regelmatig om aanbranden te voorkomen.**

**Erwtensoep IV
500 gr ossenstaart
2 stukken gegrild spek
500 gr hamlappen
2 rookworsten
1 selderijknol
1 kg prei
1 winterpeen
2 middelgrote uien
2 grote aardappelen
2 pakken spliterwten
1 bosje selderij
versgemalen zwarte peper
bouillonpoeder**

**Braad de ossenstaart aan en voeg hieraan een ui toe.
Zet de staart onder water en laat die enkele uren trekken, tot het vlees gaar is.
Snijd het vlees daarna klein.
Snijd de groenten fijn en doe ze samen met de spliterwten in een grote pan.
Voeg 3 liter water en, als het water kookt, de hamlappen en het spek toe.
Voeg naar smaak peper toe en laat de soep ± 1 1/2 uur zachtjes pruttelen.
Neem het vlees uit de pan en pureer de soep met een staafmixer.
Snijd het vlees, het spek en de rookworst in stukjes en voeg die bij de soep.**

Voeg er tenslotte het ossenstaartvlees en de bouillon bij en breng de soep op smaak met bouillonpoeder en peper.

Erwtensoep V (8 personen)

**600 gr groene erwten
400 gr spliterwten
1 kg platte ribben
2 varkenshielen
500 gr buikspek
2 kruidenbouillontabletten
1 selderijknol
2 bosjes selderij
6 preien
2 rookworsten
6 liter water**

Laat de hele erwten tenminste 12 uur in het water weken; week de spliterwten niet. Zet de erwten met het water op en voeg het vlees en het spek toe.

Breng het geheel aan de kook en laat het 2 uur zachtjes koken.

Schuim zo nodig af.

Was de prei en de selderijknol en snijd de prei in ringen en de knol in kleine blokjes.

Voeg de bouillontabletten, de preiringen en de knolselderijblokjes toe en laat de soep op laag vuur (eventueel op een vlamverdeler) nog 1 uur sudderen.

Neem het vlees en het spek uit de pan.

Haal de botjes uit het vlees, snijd het vlees en het spek klein en doe beide terug in de soep.

Wrijf de erwten tegen de zijkant van de pan fijn.

Snijd de selderij fijn en strooi die over de soep.

Erwtensoep VI (6 personen)

**2 varkenspoten
500 gr verse worst
400 gr groene erwten
4 liter water
zout
4 preien
1 bosje bladselderij
1 selderijknol**

Was de erwten, week ze een nacht in water en kook ze de volgende dag in ± 2 uur gaar.

Wrijf de erwten door een zeef, doe de puree weer bij het vocht en kook in het vocht de poten 1 uur en de worst 30 minuten.

Voeg er dan de schoongemaakte, fijngesneden en gewassen groenten aan toe en laat alles zachtjes koken tot de soep gelijkmatig is gebonden en het vlees van de botten loslaat.

Erwtensoep VII (8 personen)

**600 gr groene spliterwten
3 liter water
250 gr mager buikspek (naar smaak ook gepekeld of gerookt)
250 gr krabbetjes (of een pootje of een paar staartjes)
tijm, laurierblad, lavas
kruidnagel
400 gr knolselderij
400 gr winterwortel
400 gr prei
200 gr ui
200 gr aardappelen**

**250 gr rauwe rookworst
peper, zout
selderijgroen
roggebrood**

Week de erwten 1 nacht in het water.

Voeg het spek en de krabbetjes toe, breng de massa langzaam aan de kook en laat hem in een goed gesloten pan zo zachtjes mogelijk sudderen.

Voeg tijm, laurierblad, lavas en kruidnagel toe.

Neem na 1 1/2-2 uur het spek en de krabbetjes uit de pan.

Voeg met telkens 10 minuten tussenruimte de kleingesneden knolselderij en winterwortel, de kleingesneden prei en ui, de kleingesneden aardappelen en tenslotte de worst toe en laat de soep nog 20 minuten sudderen tot de worst gaar is.

Neem het vlees van de krabbetjes en snijd het in dobbelsteentjes.

Haal de worst uit de soep en snijd hem in schijfjes.

Doe het vlees en de worst terug in de soep, breng de soep op smaak met versgemalen peper en wat zout en strooi er nog wat fijngehakt selderijgroen over.

Geef het spek op roggebrood bij de soep.

Erwtensoep met zalm en croûtons

2 uien

50 gr boter

375 gr aardappelen

300 gr groene erwten uit de diepvries

3/4 liter groentebouillon (van tablet)

zout, peper, nootmuskaat

200 gr verse zalm

125 gr gerookte zalm in plakjes

1 bosje bieslook

croûtons

Pel de uien, hak ze fijn en fruit ze in de verhitte boter goudgeel.

Schil de aardappelen, snijd ze in 1 cm grote blokjes, voeg die met de ontdooide erwten aan de uien toe en giet de bouillon erbij.

Breng de soep met zout en peper op smaak en laat haar 20 minuten zachtjes pruttelen.

Pureer de groenten en breng ze met nootmuskaat op smaak.

Snijd de verse zalm in 2 cm dikke en 4 cm lange stukken, kruid ze met peper, wikkel ze in de gerookte zalm, bind er het bieslook om en laat ze 10 minuten in de soep trekken (laat niet koken!)

Bestrooi de soep met bieslook en serveer haar met croûton.

>

Spaanse erwtensoep

1 kip

100 gr soepgroente

1 laurierblad

1 1/2 liter water

400 gr spliterwten

100 gr rijst

1 ui

1 teentje knoflook

2 rode paprika's

250 gr plakjes chorizo

boter

zout, peper, tabasco

selderij

Trek van de kip, soepgroente, laurierblad, 1 1/2 liter water en 1 theelepel zout een geurige bouillon.

Zeef de bouillon, voeg er de spliterwten aan toe en laat die 30 minuten koken.

Strooi dan de rijst in de soep en laat die nog eens 15 minuten koken.

Snipper de ui en het teentje knoflook en fruit ze in 2 eetlepel olie.

Snijd het vruchtvlees van de paprika's in blokjes en bak die 3 minuten mee.

Haal het kippevlees van het bot en snijd het klein.
Snijd de plakjes chorizo in vieren.
Roer het paprika-uimengsel, het vlees en de worst door de soep en breng op smaak met versgemalen peper, zout en een paar druppeltjes tabasco.
Bestrooi de soep met geknipte selderij.

Surinaamse erwtensoep met tomtom (Creools gerecht)

150 gr zoutvlees
250 gr spliterwten
250 gr hamschijf
60 gr droge vis
6 pimentkorrels
3 kruidnagels
1 ui
2 liter water
1 bouillonblokje
3 takjes selderij
1 fijngesneden Madame Jeanette

Voor de tomtom:
4 groene bananen

Kook het zoutvlees van te voren 15 minuten uit.
Laat daarna de erwten samen met al het vlees en de droge vis, de pimentkorrels, de kruidnagels, de ui en het bouillonblokje in het water stuk koken.
Kook de kleingesneden selderij en Madame Jeanette nog even mee als ook de hamschijf gaar is.
Kook de geschilde groene bananen 25 minuten in ruim water met een beetje zout gaar.
Maal ze daarna in een keukenmachine fijn tot tomtom of stamp ze gewoon tot tomtom.
Vorm hiervan balletjes en serveer deze in de soep.

Boeren erwtensoep
400 gr runderpoelet
200 gr spliterwten
1 ui
1 prei
1 winterwortel
3 stengels bleekselderij
200 gr ham (1 dikke plak)
250 gr witte bonen uit blik
1 eetlepel zonnebloemolie
peterselie, tijm
zout, peper

Breng het poelet en de spliterwten met 1 theelepel zout, versgemalen peper, 1 takje tijm in 1 1/2 liter water aan de kook en laat dit (op een vlamverdeler) 2 uur zachtjes koken.
Neem het vlees en de tijm uit de soep en schenk het vocht eraf (houd het vlees en het vocht apart).
Pureer de erwten of stamp ze fijn en verdun de puree geleidelijk met het vocht.
Snipper de ui, snijd de prei in ringen, schil de winterwortel en snijd hem in dunne plakjes, was de bleekselderij en snijd hem in dunne stukjes.
Fruit de groente in 1 eetlepel zonnebloem olie en kook ze 20 minuten met de soep mee.
Snijd de ham in blokjes en warm die samen met de uitgelekte witte bonen in de soep mee.
Maak de soep op smaak af met versgemalen peper en zout en bestrooi haar royaal met fijngesneden peterselie.

**Turkse spliterwtensoepp
(8 personen)**

gr spliterwten, één nacht geweekt
2 liter kippenbouillon
1/2 theelepel zout
versgemalen zwarte peper
2 eetlepels boter
1 middelgrote ui in schijven
1 eetlepel fijngehakte wortel
2 eetlepels fijngehakte selderijblad
125 gr fijngehakte spinazie
1 eetlepel fijngehakte munt, of 1/2 theelepel gedroogde munt
2 eetlepels fijngehakte peterselie

Giet de spliterwten af en doe ze met de bouillon, peper en zout in een grote pan.
Breng het aan de kook, draai het vuur laag en laat 1 uur sudderen of tot de erwten gaar zijn.

Verhit intussen de boter in een koekepan en fruit de ui 2 minuten.

Doe daarna de wortel en de selderij erbij en fruit daarna nog eens 2 minuten.

Doe dan de spinazie erbij en fruit nog 1 minuut.

Doe de groenten in de soep en kook nog 30 minuten zachtjes door.

Wrijf de soep door een zeef en pureer haar.

Laat het weer koken en roer de munt en de peterselie erdoor.

Serveer direct.

Groene erwtensoep

1 kg ongedopte erwten

1 liter groentebouillon

30 gr boter

1/2 ui in plakken

2 eetlepels peterselie

6 eetlepels olijfolie

4 dikke sneden grof boerenbrood in blokjes

zout, peper

Dop de erwten, was de peulen en week ze een paar uur.

Laat ze in een pan met zware bodem in de bouillon 20 minuten sudderen.

Pureer de peulen en zet de puree apart.

Fruit de ui en de peterselie en voeg de gedopte erwten en een beetje water toe.

Laat dit met het deksel op de pan ± 20 minuten koken.

Roer af en toe en voeg water toe tot de erwten gaar zijn.

Bak in een koekepan in olie de broodblokjes omscheppend bruin en zet ze warm weg.

Voeg de peulenpuree bij de erwten en laat het geheel even sudderen.

Voeg naar smaak peper en zout toe en dien de soep op met de croûtons.

Groene erwtensoep ii

400 gr klapstuk

400 gr spliterwten

1 1/2 liter water

100 gr spekblokjes

1 ui

1 teentje knoflook

4 aardappelen

1/4 knolselderij

100 gr spruitjes

100 gr sperziebonen

zout, peper

worcestershiresaus

1/2 bosjes kervel

Breng de klapstuk met de spliterwten, 1 theelepel zout en wat peper in het water aan de kook en laat het op een vlamverdelers 2 uur zachtjes koken.

Neem het vlees uit de pan en snijd het klein.

Giet de bouillon in een andere pan, pureer de erwtenmassa en verdun de puree geleidelijk met de bouillon.
Bak de spekblokjes uit.
Snipper de ui en de knoflook en bak ze in het bakvet goudgeel.
Schil de aardappelen en snijd ze in kleine blokjes.
Schil de knolselderij en snijd hem in blokjes.
Halveer de spruitjes en breek de sperziebonen.
Laat de groenten 20 minuten in de soep meekoken.
Roer het kleingesneden vlees door de soep en breng de soep op smaak met peper, zout en een paar druppels worcestershiresaus.
Snijd de kervel fijn en strooi dit over de soep.

Vegetarische erwtensoep I

**500 gr spliterwten
bonenkruid
500 gr prei
2 uien
1 selderijknol
2 aardappelen
50 gr sojabrokjes
2 theelepels plantaardige bouillonkorrels
1 bosje selderijgroen
1 blokje rooktofu**

Zet de erwten en met wat bonenkruid op in 2 liter water en kook ze ± 40 minuten.
Maak de preien schoon en snijd ze in stukjes van 3 cm.
Pel en snipper de uien.
Snijd de selderijknol in plakken, schil ze en snijd ze in blokjes.
Schil de aardappelen en snijd ze in vieren.
Voeg na 30 minuten de groenten en de ongeweepte soja bij de erwten en laat alles nog 40 minuten koken tot de soep gebonden en de soja zacht is.
Doe er de bouillonkorrels bij.
Hak de gewassen selderij fijn, snijd de rooktofu in blokjes en roer beide door de erwtensoep.
Geef er grof volkorenbrood bij.

Vegetarische erwtensoep II

**250 gr groene erwten
50 gr gerst of gort
1 liter water
1 theelepel venkelzaad
3 theelepels zout
250 gr prei
150 gr knolselderij
100 gr wortel of venkelknol
1 1/2 liter bouillon
3 eetlepel olie
1 ui
1 grote aardappel (± 100 gr)
1/2 eetlepel arrowroot
1/2 theelepel oregano
1 theelepel komijn
2 theelepel bouillonkruiden
1/2 eetlepel gomasio
peper
1 eetlepel sojasaus**

Laat de groene erwten en de gerst (of gort) 10 uur in 1 liter water weken.
Snijd de prei in dunne ringen, de knolselderij in kleine dobbelsteentjes en de knolvenkel of wortel in dunne plakjes.
Snijd de ui fijn, schil de aardappel en snijd hem in plakjes.
Maak de arrowroot aan met wat water, oregano, komijn (djinten), bouillonkruiden, gomasio, eventueel peper uit de molen en sojasaus.
Kook de erwten en de gerst ± 1 uur in het weekwater, voeg het zout toe en

laat de erwten nog tenminste 1 uur nawellen.

Maak intussen de groente schoon en trek bouillon van het afval.

Verwarm de olie op een matig vuur en fruit hierin eerst de ui en daarna de groente (die mag iets bruin kleuren).

Voeg ook de aardappel toe, blus met de bouillon, laat alles in ± 10 minuten gaar koken en bind de soep met de aangemaakte arrowroot.

Voeg de kruiden toe en doe dit mengsel nu bij de gare erwten.

Stamp de soep naar wens fijn, verdun haar zo nodig met bouillon en maak de soep op smaak af met peper en sojasaus.

Tips: Kook de erwten en de gerst 3/4 uur en laat ze tenminste 3 uur in de hooikist nawellen. Dit kunt u al 's morgens of de vorige dag doen.

Als u een grote hoeveelheid erwtensoep wilt koken, kunt u tijd besparen door de groente en de aardappel (behalve de ui en de prei) grof te raspen in een rauwkostmolen. Fruit dan eventueel alleen de ui en de prei in de boter, blus met de bouillon en voeg daarna de groente toe.

Bij gebrek aan tijd kunt u ook spliterwten gebruiken (weektijd 1 uur) en de gerst vervangen door thermogerstgrutten.

De soep wordt smeùiger, als u de aardappel heel fijn raspt en die de laatste 5 minuten met de groente mee kookt.

week en kook een stuk zeewier (kombu) of een gedroogde paddestoel met de erwten mee. Dit geeft aan de soep wat meer smaak en een wat gebondere consistentie.

Vervang de gerstekorrels door vlokken, eventueel ook van andere graansoorten.

Maak de soep wat voller van smaak met 1-2 eetlepels notenpasta, zonnebloempasta of tahin.

Of vervang het zout door 3 eetlepels gomasio extra (voeg die bij het op smaak brengen toe).

Geef soldaatjes of sesamreepjes bij de soep.

Perzische soep met gort

Kook 100 gr gort na flink wassen in 1 liter kip-, vlees- of groentebouillon. Rasp intussen 2-3 penen en hak 1/2 bosje peterselie fijn. Voeg er, als de gort bijna gaar is, de peen, de peterselie en 2 dl room bij. Laat nog even pruttelen en breng de soep dan op smaak met zout, peper en het sap van 1-1 1/2 citroen. Laat de soep nu niet meer koken, anders schift de room.

Armeense yoghurt- gerstesoepe

100 gr gerst of parelgort

1/2 liter boerenlandyoghurt

4 eieren

2 eetlepels bloem

1 sjalotje

2 eetlepels olijfolie

peper, zout

mint

peterselie

verse koriander

Was de gerst of parelgort in een zeef schoon, breng het in een ruime pan met 1 liter water aan de kook, laat het een half uur zachtjes koken en zeef het.

Roer de yoghurt in een ruime kom met 1 liter water om.

Klop een glad deegje van 1 ei en de bloem en klop er dan 3 eieren bij.

Klop de dunne yoghurt erbij en doe de massa over in een grote roestvrijstalen of geëmailleerde pan.

Breng de soep al roerend tegen de kook aan (niet laten koken) en laat een paar minuten zacht trekken, zodat de soep bindt.

Snipper het sjalotje en bak het in de olijfolie zachtjes goudbruin.

Voeg de gerst toe, bak die kort mee en roer dit mengsel door de yoghurtsoep.

Breng op smaak met zout en peper en roer er gehakte mint en peterselie bij.

Lekker met Turks brood, bestreken met een beetje olijfolie en belegd met plakjes chorizo, vleestomaat en blaadjes basilicum, dat vervolgens 10 minuten in een hete oven is gelegd.

Variatie:

Vervang de gort door 50 gr tarwekorrels en 25 gr roggegrutten en laat die 1 nacht weken. Verder als boven.

Schenk de soep in kommen en strooi er geknipte verse koriander over.

Paprikasoep met bruine bonen

2 rode paprika's
50 gr boter
2 uien
2 teentjes knoflook
1 blikje tomatenpuree
2 theelepels paprikapoeder
40 gr bloem
3 vleesbouillontabletten
1 blik bruine bonen
250 gr gerookt mager spek
2 eetlepels peterselie

Snijd de paprika's in vieren, verwijder de zaadlijsten en snijd het vruchtvlees in blokjes.

Snipper de uien.

Plet de teentjes knoflook met de zijkant van een mes en snipper ze.

Hak de peterselie fijn.

Doe de spekreepjes in een hete, droge koekepan, laat ze bakken tot ze knapperig zijn en laat ze uitlekken.

Verhit de boter in een braadpan en fruit de ui tot ze begint te kleuren.

Voeg de knoflook, paprika en tomatenpuree toe en roer alles goed door elkaar.

Strooi daarna het paprikapoeder en de bloem erbij en laat dit onder voortdurend roeren op laag vuur 2 minuten bakken.

Schenk er 1 1/2 liter koud water bij en blijf roeren tot een licht gebonden soep ontstaat.

Laat alles nog 8 minuten koken.

Schenk de soep door een fijne zeef (passe-vite) in een andere pan en wrijf de vaste bestanddelen door de zeef.

Breng de soep opnieuw aan de kook.

Voeg de bonen en de bouillontabletten toe en houd de soep tegen de kook aan.

Roer vlak voor het opdienen de spek en peterselie door de soep.

Geef er kleine bruine broodbolletjes bij.

Romige groentesoep met maïs en bruine bonen

1 wortel
1 steel bleekselderij
1 sjalotje/uitje
1 laurierblad
olie
1 literpot kippenbouillon
250 gr kipfilet
1/2 literblik maïskorrels
1/2 rode paprika
1/2 groene paprika
100 gr juliënne van wortel
mini blikje bruine bonen
100 gr kruidenroomkaas
45 gr bloem
vers koriandergroen

Snijd de groenten grof en fruit ze met het laurierblad in wat olie.

Voeg de bouillon toe, breng die aan de kook, leg de kipfilet erin en laat dit samen 1/2 uur trekken.

Zeef de bouillon en vang hem op.

Snijd het kippevlees in blokjes en schep het weer bij de bouillon, met de uitgelekte maïs, de fijngesneden paprika, worteljuliënne en bruine bonen.

Breng de soep aan de kook en laat hem 10 minuten koken.

Roer de roomkaas met de bloem en wat soep los en roer dit bij de soep.
Breng de soep weer aan de kook en kook de soep al roerend 5 minuten, zodat de bloem kan binden en gaar wordt.
Knip wat koriandergroen fijn en roer dit van het vuur af bij de soep.
Serveer de soep met chilisaus en taco-chips.

Snelle bruine bonensoep I

1 dikke prei
1 Gelderse rookworst (350 gr)
1 blikje ossenstaartsoep (4,6 dl)
1 blik bruine bonensoep (0,8 liter)

Maak de prei schoon, was hem en snijd hem in dunne ringen.
Snijd de rookworst in plakjes.
Breng in een (soep)pan de ossenstaartsoep en de bonensoep met de worstplakjes aan de kook.
Roer de prei door de soep.
Verwarm de soep afgedekt ± 5 minuten zachtjes.
Schep de soep in vier soepborden en serveer met geroosterd brood.

Spaanse bruine bonensoep I (2 personen)

2 eetlepels olijfolie
1/2 gesnipperde ui
1 geperst teentje knoflook
1/2 winterwortel in plakjes
1 aardappel in blokjes
200 gr tomaten in partjes
1/4 groene kool in reepjes
1/2 literblik bruine bonen
7 1/2 dl vleesbouillon (tablet)
zout, peper
125 gr chorizo in plakjes

Verhit de olie in een wok en roerbak de ui, knoflook, wortel en aardappel ± 5 minuten.
Voeg de tomaten toe en bak ze ± 10 minuten mee.
Schep de kool erdoor en bak die ± 5 minuten mee.
Pureer 2/3 deel van bonen.
Meng de Bouillon, bonen en bonenpuree door de groenten en breng aan de kook.
Roer er voor het serveren zout, peper en de chorizo door.

Spaanse bruine bonensoep II

1 chorizoworst van 250 gr
1 grote ui
1 rode paprika
1 gele paprika
1/2 eetlepel chilipoeder
1 pot bruine bonen
1 pakje Tomato frito
2 vleesbouillontabletten
100 gr diepvries doperwtjes
2 eetlepels fijngehakte peterselie

Snijd de chorizo in kleine blokjes en bak ze in een koekepan zachtjes uit.
Maak intussen de ui en de paprika's schoon.
Snipper de ui en snijd de paprika's in reepjes.
Voeg de ui, paprika en chilipoeder aan de chorizo toe en bak alles ± 5 minuten op zacht vuur.
Doe de bruine bonen met het vocht en de Tomato frito in een soeppan.
Verkruimel de bouillontabletten erboven en voeg 6 dl water toe en breng het geheel aan de kook.
Pureer de soep eventueel met een staafmixer of maak de bonen met een stamper fijn.

Voeg het chorizo-paprikamengsel en de doperwtjes toe en laat de soep nog ± 5 minuten sudderen.

Roer er op het laatste moment de peterselie door.

Bruine bonensoep

3 uien

1 prei met groen

boter

200 gr gemengd gehakt

1 literblik bruine bonen

1 pot tomatenbouillon

2 vleestomaten

1 eetlepel peterselie

150 gr taugé

Fruit de gesnipperde uien en de in ringen gesneden prei 10 minuten in wat boter.

Kruid het gehakt met peper en zout, draai er balletjes van en bak die even mee.

Neem de helft van de bruine bonen apart.

Pureer de rest, roer die met het vocht, de tomatenbouillon en het water bij de uien en breng het geheel aan de kook.

Ontvel de tomaten, schep de zadjes eruit en snijd het vruchtvlees in blokjes.

Warm dit met de bruine bonen en de taugé op het laatst even in de soep mee en bestrooi de soep met peterselie.

Bruine bonensoep II

(8-10 personen)

350 gr bruine bonen

2 1/2 liter water

2 uien

1 laurierblad

1 theelepel kerrie

1 klein stukje Spaanse peper

25 gr boter

25 gr bloem

4 kruidnagels

1/2 eetlepel soja

zout, peper

Was de bonen, laat ze weken en kook ze goed gaar.

Hak de uien fijn en smoor ze in de boter gaar.

Voeg vervolgens de bloem, het laurierblad, de Spaanse peper, de kerrie en de kruidnagels toe en fruit het geheel onder voortdurend roeren tot de bloem en de ui mooi donkerbruin zijn.

Wrijf de bonen door een metalen zeef en voeg de puree samen met het bonenwater bij de bloem en de boter.

Breng het geheel al roerend aan de kook en laat het 5 minuten zachtjes koken tot de soep gebonden en roodbruin van kleur is.

Voeg de soja toe en breng de soep op smaak met zout en peper.

U kunt de soep nogmaals zeven om de uien achter te houden.

Geef er in olijfolie gefruite dobbelsteentjes oud brood bij.

Indische bruine bonensoep

1 zakje boemboe nasi goreng

1 winterwortel van ± 200 gr

1 bamipakket van 500 gr

2 eetlepels olie

1 blik bruine bonen (± 840 gr)

4 volle eetlepels boemboe saté (blok)

2 vleesbouillontabletten

1 theelepel sambal oelek

2 eetlepels ketjap manis

Laat de boemboe nasi goreng in een kommetje met 1 1/2 dl heet water 10 minuten weken.

Maak de winterwortel schoon, was hem en snijd hem in stukken van 4 cm. Snijd deze stukken in de lengte in luciferdunne reepjes.

Verhit de olie in een flinke pan en bak hierin de boemboe nasi goreng met het weekvocht en de wortel, peper, ui, prei en kool uit het bamipakket al omscheppend 4 minuten.

Voeg dan de bonen met het vocht, de boemboe saté en 1 1/2 liter water toe. Verkruimel de bouillontabletten erboven.

Breng de soep aan de kook en laat hem 10 minuten zachtjes koken.

Roer er de taugé uit het bamipakket door en verwarm die 1 minuut mee.

Breng de soep op smaak met sambal en ketjap.

Serveer er kroepoek bij.

Bruine bonensoep met Malheur

350 gr gerookt spek

1 winterpeen

2 teentjes knoflook

2 uien

1 rode en 1 groene paprika

boter

2 eetlepels tomatenpuree

1 eetlepel paprikapoeder

1 1/2 liter vleesbouillon

1/2 liter Malheur bier

350 gr bruine bonen

zout en versgemalen peper naar smaak

1/2 bosje peterselie

licht geslagen ongezoete room

Snijd het spek in niet al te kleine blokjes.

Schil de winterpeen, was hem en snijd hem in stukjes.

Plet de knoflookteentjes.

Pel en snipper de uien.

Maak de paprika's schoon en snijd ze in stukjes.

Dit alles heet aanzetten met boter, dan de tomatenpuree en paprikapoeder toevoegen.

Goed door laten verhitten.

De bouillon toevoegen en langzaam aan de kook brengen.

Het Malheur bier toevoegen, aan de kook laten komen.

de bruine bonen toevoegen en een uur zachtjes laten doorsudderen.

Op smaak brengen met zout en peper.

In grote grote soepkom serveren en afgarneren met fijngehakte peterselie en de geslagen room. Uiteraard drinken met een glas Malheur.

Malheur is een bovengistend blond bier van de kleinbrouwerij De Landtsheer uit Buggenhout, België. 6% vol.alc., 14,5 plato stamwortgehalte.

Te koop bij de betere slijterij en bierspecialzaak.

Pikante bruine bonensoep I

een klein stukje boter

75 gr mager rookspek in blokjes

250 gr soepgroente

2 theelepels kerrie

200 gr rundergehakt

1 literblik bruine bonensoep

1/4 liter tomatensap

lavas

evt. 1-2 theelepels cayennepeper of chilipoeder

Kruid het gehakt naar eigen smaak en draai er kleine balletjes van.

Smelt in een ruime soeppan de boter en bak hierin de spekblokjes, de soepgroente, bestrooid met kerrie en de gehaktballetjes.

**Voeg de bonensoep, het tomatensap en de lavas en evt. de cayennepeper of chilipoeder toe.
Breng de soep onder af en toe roeren langzaam aan de kook en laat hem even zachtjes doorkoken.
Lekker met rauwkost en stokbrood.**

Tip: Klop van het vuur af 2 eetlepels roomboter door de soep en strooi er fijngeknipte peterselie over.

Pikante bruine bonensoep II

**1 grote pot bruine bonen
250 gr gehakt
2 uien
2 teentjes knoflook
4 theelepels paprikapoeder
100 gr magere spekblokjes
1 klein blikje tomatenpuree
2 grote aardappelen
2 eetlepels ingelegde rode paprikareepjes
mespunt cayennepeper
een paar druppels tabasco
zout**

**Verdeel de bonen in tweeën en wrijf de helft door een zeef.
Smelt de spekblokjes zachtjes uit, voeg de gesnipperde ui en de knoflook, het verkruimelde gehakt, de paprikapoeder en de in kleine dobbelsteentjes gesneden aardappelen toe.
Laat dit zachtjes in eigen vet en vocht smoren, onder af en toe goed omscheppen.
Voeg dan de tomatenpuree, ± 1 1/2 liter water en de doorgewreven bonen met het vocht uit de pot toe.
Breng dit goed roerend aan de kook en laat het enkele minuten zachtjes pruttelen.
Voeg er dan de niet-doorgewreven bonen bij.
Laat alles nog even verder pruttelen tot het goed heet is.
Doe er tenslotte de paprikareepjes bij en breng de soep op smaak met cayennepeper en tabasco.**

Pittige bruine bonensoep

**500 gr verse (of 1 literblik) bruine bonen
2 kruidnagels
1 daun salam
2 liter water
1 in ringen gesneden lombok
1/2 prei in ringetjes
1 grote ui in ringen
6 fijngesneden stengeltjes selderij
1 grote eetlepel fijne peterselie
150 gr mager rookspek in kleine reepjes
1 fijnemaakt teentje knoflook**

**Als u verse bruine bonen gebruikt, laat ze dan eerst één nacht in water weken.
Kook de bonen dan in het water gaar met wat zout.
Als u bonen uit blik gebruikt, dan de bonen uiteraard niet gaar koken en niet zoveel water gebruiken.
Fruit in wat hete olie de knoflook, ui, lombok, prei, selderij en het spek.
Doe, als de bonen gaar zijn, het gefruite mengsel, de twee kruidnagels en de daun salam erbij.
Laat de soep op klein vuur ± 10 minuten doorkoken onder goed roeren.
Strooi er als laatste de fijngesneden peterselie over.
U kunt uiteraard meer uien gebruiken, als u dat lekkerder vindt.**

**Surinaamse bruine bonen
(8-10 personen)**

**750 gr rundvlees (of kip)
750 gr varkensvlees (speklapjes of hamlappen)
4 grote uien
3 liter (blik of pot) bruine bonen
2 blikjes gepelde tomaten
bouillontablet
scheutje ketjap
tabasco
boter
peper, zout**

Snijd het vlees in stukjes, bestrooi met peper en zout en braad het in de boter bruin (braad de verschillende soorten vlees apart).

Snijd de uien grof en bak ze als het vlees uit de pan is.

Voeg de tomaten met het vocht erbij nadat deze klein gesneden zijn.

Voeg het vlees er weer bij.

Voeg hier dan ook het bouillontablet en de bruine bonen met het vocht bij.

Breng op smaak met een scheutje ketjap en een paar druppeltjes tabasco.

Laat 2 uur sudderen op een plaatje.

Serveer met rijst of aardappelen.

Bruine bonensoep uit Brazilië

**400 gr bruine bonen
1 laurierblad
4 gesnipperde teentjes knoflook
mespunt cayennepeper
schil van 1/2 sinaasappel
150 gr in dobbelsteentjes gesneden gekookte ham
200 gr in dobbelsteentjes gesneden ontbijtspek
2 gesnipperde uien
1 grote sinaasappel
2 eetlepels gehakte peterselie
250 gr kleingesneden corned beef
1 klein blikje cocktailworstjes
zout
vers gemalen peper**

Was de bruine bonen goed en laat ze een nacht weken in koud water. Vul het weekwater aan tot 2 1/2 liter. Breng de bonen in het water aan de kook. Voeg het laurierblad toe met de knoflook, cayennepeper en de sinaasappelschil. Laat de bonen op laag vuur 1 uur doorkoken.

Voeg dan de ham met het spek en de uien toe en laat de soep nog 30 minuten zachtjes doorkoken.

Schil de sinaasappel, snijd hem in ronde plakken en snijd deze doormidden. Voeg de stukjes sinaasappel aan de soep toe en laat ze 10 minuten meekoken.

Voeg tegelijkertijd de peterselie met de corned beef en de worstjes toe.

Verwijder na 10 minuten het laurierblad en de sinaasappelschil en breng de soep op smaak met zout en peper.

Bij deze soep kunt u drooggekookte rijst serveren, waarvan iedereen naar wens kan nemen. De rijst wordt door de soep geroerd.

**Minestra di pasta e fagioli
(Pastasoep met bruine bonen)**

**150 gr pipe rigate
zout
2 uien
2 teentjes knoflook
150 gr Prosciutto Crudo in plakken van ± 3 mm dik
1 blik artisjokharten (netto 400 gr)**

2 eetlepels (olijf)olie
1 blik gepelde tomaten (netto 400 gr)
1 blik bruine bonen (netto 840 gr)
peper
75 gr grof geraspte Parmezaanse kaas

Kook de pipe rigate in een pan met ruim water en zout in ± 13 minuten beetgaar.

Pel en snipper de uien.

Pel de teentjes knoflook en hak ze in stukjes.

Snijd de ham in reepjes.

Laat de artisjokken uitlekken en snijd ze in vieren.

Verhit de olie in een pan en bak de ui en de knoflook al omscheppend ± 3 minuten.

Giet de tomaten af (vang het sap op) en snijd ze in stukken.

Voeg de artisjokken en de stukken tomaat met sap toe en laat onafgedekt ± 5 minuten koken; roer af en toe.

Giet de pasta af en doe die bij de groenten in de pan.

Schep de bonen met het vocht en de reepjes ham door de groente en de pasta en verwarm alles ± 5 minuten zachtjes.

Breng op smaak met zout en peper.

Schep de soep in 4 diepe borden en bestrooi met Parmezaanse kaas.

Serveer er ciabatta bij.

Bruine bonensoep met prei en kerrie

2 preitjes

2 uien

2 eetlepels kerriepoeder

1 groot blik bruine bonen

1 bouillonblokje

boter of olie om in te fruiten

(200 gr gehakt om balletjes van te draaien)

Snijd de prei in dunne ringetjes en was die.

Snipper de uien.

Laat de boter zachtjes smelten.

Voeg de prei en de ui toe en fruit ze met het kerriepoeder.

Voeg eventueel de gehaktballetjes toe.

houd ± 1 kopje bonen apart, maal de rest met een keukenmachine of roerzeef fijn en voeg ze met ± 6 dl water en het bouillonblokje aan het ui-preimengsel toe.

Laat de soep 15 minuten sudderen en serveer haar met brood.

Twentse bruine of witte bonensoep

250 gr witte of bruine bonen

500 gr runderpoelet

zout

1 laurierblad

4 kruidnagels

15 gekneusde peperkorrels

500 gr versgesneden erwtensoenegroenten

4 aardappelen

300 gr in reepjes gesneden snijbonen

1/2 bosje peterselie

1/2 bosje selderij

bieslook

Week de bonen een nacht in 1/2 liter water.

Zet het poelet op met 1 1/2 liter water.

Schep, als het kookt, het schuim eraf.

Voeg het zout, de laurier, kruidnagels en peperkorrels toe en laat de bouillon 2 uur zachtjes trekken.

Voeg de geweekte bonen met het water toe en laat alles nog een uurtje zacht koken.

Snijd intussen de aardappelen in blokjes, doe die met de groenten bij de soep en kook ze in 15-20 minuten gaar.

Haal de laurier en de kruidnagels uit de pan.

**Voeg kort voor het serveren de fijngeknipte peterselie, selderij en bieslook toe.
Lekker met grof volkorenbrood.**

**Franse boeren bonensoep
voor 2 personen
1 ambachtelijke rookworst
100 gr katenspek
2 kopjes bruine bonen
1 ui
1 aardappel
een stukje prei
zout, peper
2 kopjes bouillon (van tablet)**

**U kunt gedroogde bruine bonen gebruiken, mits u ze een nacht laat weken. Kook ze
daarna gaar.
Bonen uit blik zijn natuurlijk direct klaar voor gebruik.**

**Schil de aardappel en snijd hem in kleine blokjes.
Maak de prei schoon en zet hem samen met de aardappel in weinig water op het vuur.
Prak een kwart van de bonen met een vork zo fijn mogelijk of pureer ze.
Doe de bonen samen met de bouillon bij de aardappel en de groenten.
Laat de worst in een pannetje water wellen en snijd hem daarna in plakjes.
Snijd het katenspek in dobbelsteentjes.
Doe het spek en worst ook in de pan en strooi er royaal peper over.
Doe een deksel op de pan en laat alles door en door warm worden.
Breng de soep eventueel op smaak met zout en peper en serveer direct.**

**Witte bonensoep I
500 gr varkenspoelet
100 gr ontbijtspek
boter
400 gr witte bonen
1-2 aardappelen
1 grote wortel
1 ui
3 theelepels paprikapoeder
zout
1 teentje knoflook
tijm
laurier
1 blikje tomatenpuree
peterselie**

**Zet de bonen enkele uren van tevoren in de week.
Zet het poelet met de bonen, zout, tijm, laurier, en fijngesnipperde
knoflook op met ca 2 liter water en laat dit zo goed als gaar koken.
Voeg de in reepjes gesneden wortel en de in blokjes gesneden aardappel
toe.
Fruit in wat boter de spekblokjes met de gesnipperde ui en de paprikapoeder, maar zorg
dat dit niet donker kleurt.
Voeg dit mengsel en de tomatenpuree aan de soep toe en laat dit met elkaar
zachtjes gaar koken.
Strooi royaal peterselie over de soep.**

**Witte bonensoep II
500 gr witte bonen
2 liter water
2 bouillontabletten
4 aardappelen
400 gr runderpoelet
1 blikje tomatenpuree
paprikapoeder, chilipoeder, kruidnagel(poeder), laurier
lavas, tijm**

gemalen foelie, versgemalen peper
200 gr gehakt
50 gr magere spekblokjes
15 gr boter
2 teentjes knoflook
400 gr gesneden soepgroente
2 tomaten
1 rode paprika
1 bosje selderij

Zet de bonen minstens 12 uur in de week in het water met de bouillontabletten.
Schil de aardappelen en rasp ze fijn.
Voeg ze bij de bonen, evenals het poelet, de tomatenpuree en de kruiderij.
Breng dit aan de kook en laat de soep 3 uur zacht trekken.
Kruid het gehakt naar smaak en draai er kleine balletjes van.
Smelt de boter in een kleine braadpan. Snipper de knoflook fijn en laat die samen met de spekblokjes zachtjes in de boter uitbakken.
Pel de tomaten en snijd ze klein.
Maak de paprika schoon en snijd hem in kleine blokjes.
Voeg, nadat de soep is getrokken, de gehaktballetjes, het spek-knoflookmengsel, de tomaten, de paprikablokjes en de soepgroente toe en laat dit alles ca 20 minuten meekoken.
Maak de selderij schoon, knip hem klein en voeg die op het laatst aan de soep toe.
Roer en warm de soep goed door.
Als de soep te dik is geworden, kunt u nog wat water toevoegen.

Pikante witte bonensoep
200 gr witte bonen
250 gr varkenspoelet
500 gr gesneden prei
250 gr gesneden uien
tijm
peper, zout
1 laurierblad
1/2 theelepel gemalen foelie
2 eetlepels olie
500 gr aardappelen
2 rode paprika's
1 theelepel chilipoeder
250 gr gekruid gehakt

Week de bonen 12 uur in ruim koud water.
Breng het poelet met 1 1/2 liter water aan de kook.
Voeg de bonen, de helft van de prei, de helft van de uien, tijm, peper, zout, laurier en foelie toe.
Breng dit aan de kook en laat het 1 1/4 uur zachtjes koken.
Schil intussen de aardappelen en snijd ze in blokjes.
Maak de paprika's schoon en snijd ze in stukjes.
Verhit in een braadpan de olie en fruit hierin zachtjes de overgebleven prei en ui ca 5 minuten.
Schep de aardappelblokjes en de chilipoeder erdoor en voeg de paprika's toe.
Doe de gefruite groenten samen met het tot balletjes gemaakte gehakt bij de soep en kook de soep nog 15 minuten.
Geef er volkorenbrood bij.

Witte bonensoep met crostini
1 venkelknol
1 winterwortel (± 150 gr)
1 ui
3 teentjes knoflook
5 eetlepels (olijf)olie
2 theelepels Italiaanse keukenkruiden

**1 voorgebakken ciabatta (225 gr)
1 pot witte bonen (netto 720 gr)
2 groentebouillontabletten
zout, (versgemalen) zwarte peper
groene pesto
2 eetlepels Parmezaanse kaas**

Verwarm de oven voor op 200°C of gasovenstand 4.

Maak intussen de venkelknol schoon, was hem en snijd hem in reepjes (bewaar het groen voor de garnering).

Maak de wortel schoon, was hem en snijd hem in blokjes. pel en snipper de ui.

Peel 1 teentje knoflook en hak het fijn.

Verhit in een (soep)pan 2 eetlepels olie, voeg de venkel, wortel, ui, knoflook en keukenkruiden toe en laat dit afgedekt ± 10 minuten smoren; schep af en toe om.

Snijdt intussen de ciabatta schuin in sneetjes.

Pel de rest van de knoflook en pers die boven een kommetje uit.

Roer er de rest van de olie door.

Bestrijk de sneetjes ciabatta met de knoflookolie en bak ze in het midden van de oven op het ovenrooster in ± 8 minuten goudbruin (= crostini).

Voeg intussen de bonen en 1 liter water aan het groentemengsel toe en breng het aan de kook.

Verkruimel er de bouillontabletten boven en laat ze oplossen.

Laat de soep afgedekt ± 5 minuten zachtjes koken en breng hem op smaak met zout en peper.

Laat de crostini iets afkoelen en bestrijk ze met pesto.

Schep de soep in 4 diepe borden en strooi er venkelgroen en kaas over.

Serveer de soep met de crostini.

Witte bonensoep met courgette

1 ui

1 rode paprika

300 gr courgette

100 gr rauwe ham, iets dikker gesneden

25 gr boter

1 zakje kerriesoep

1 pot witte bonen

Pel en snipper de ui.

Snijdt de paprika doormidden, maak hem schoon (verwijder steelaanzet, zaden en zaadlijsten) en snijdt hem daarna in stukjes.

Was de courgette en snijdt hem in plakjes.

Snijdt de ham in smalle strookjes.

Verhit de boter in een soeppan en fruit de ui al roerend in ± 5 minuten goudgeel en glazig.

Voeg de paprika toe en bak die 3 minuten mee.

Voeg 1 liter water en de inhoud van het zakje soep toe en breng dit al roerend aan de kook.

Voeg de courgette toe en laat het geheel nog 5 minuten zachtjes koken. schep tenslotte de ham en de bonen door de soep en laat alles goed op temperatuur komen.

Fasolatha (witte bonensoep)

300 gr 1 nacht geweekte witte bonen

2 1/2 liter water

3 fijngehakte uien

1 grote fijngehakte wortel

1 1/2 eetlepel fijngehakte peterselie

1 eetlepel tijm

2 eetlepels fijngehakte selderij

2 eetlepels tomatenpuree

1 1/2 eetlepel olijfolie

zout, peper

**Was de bonen, giet ze af en doe ze in een grote pan.
Zet ze onder water en laat ze 2 minuten koken.
Giet al het water af en doe er eenzelfde hoeveelheid schoon water bij.
Breng het aan de kook, voeg de uien, wortel, 1 eetlepel peterselie, de selderij, tijm, tomatenpuree, olie, zout en peper toe en laat dit ± 1 uur sudderen tot de bonen gaar zijn.
Dien de soep heet op, gegarneerd met peterselie.**

**Mexicaanse bonensoep
400 gr witte bonen
400 gr varkenspoellet
2 laurierblaadjes
4 kruidnagels
6 peperkorrels
1/2 theelepel tijm
1 bouillontablet
5 preien
zout
1 bekertje yoghurt
4 tomaten**

**Zet de bonen een dag tevoren in ruim water te weken en doe er de volgende dag het vlees, de laurier, kruidnagels, peperkorrels, tijm en bouillontablet bij (er moet minstens 2 liter vocht zijn; vul zo nodig aan met water) en laat alles 1 1/2 uur zachtjes koken.
Snijd de preien in ringen, was ze, voeg ze uitgelekt bij de soep en kook deze nog een kwartier.**

**Maak de soep op smaak met wat zout en roer er de yoghurt door.
Strooi helemaal op het laatst de in blokjes gesneden tomaten over de soep.**

**Zomerse bonensoep
1 ui
1 teentje knoflook
1 rode paprika
1 prei
2 eetlepels boter
1 eetlepel (zonnebloem)olie
300 gr (lams)gehakt
2 eetlepels tomatenpuree
1 takje tijm
1 theelepel chilipoeder
1 liter vleesbouillon
1 literblik witte bonen
1 blikje gemengde bonen in tomatensaus
peper, zout
3 tomaten
peterselie**

**Maak de ui en de knoflook schoon en snipper ze fijn.
Ontdoe de paprika van zaden en zaadlijsten en snijd het vruchtvlees in ruitjes.
Maak de prei schoon, was hem en snijd hem in smalle ringetjes.
Roer de boter en de olie in een wok (of braadpan) door elkaar en voeg er dan het gehakt aan toe.
Bak het gehakt rul, voeg de tomatenpuree, de tijm, het chilipoeder en de vleesbouillon toe en laat het geheel 5 minuten zachtjes pruttelen.
Laat de witte bonen uitlekken en pureer ze met een foodprocessor of staafmixer.
Roer de bonenpuree en de gemengde bonen door de soep, laat ze door en door warm worden en breng de soep op smaak met peper en zout.
Snijd de tomaten kruiselings licht in en dompel ze in kokend water onder.
Trek er daarna de vellen af en snijd ze in stukjes.
Schep de soep in borden of grote kommen en garneer met de peterselie en de tomaatstukjes.**

met enkele stukken Turks brood of stokbrood erbij is dit een complete maaltijd.

Mexicaanse bonensoep met chorizo

(2 personen)

**1 ui
1 kleine rode paprika
100 gr chorizo (stukje)
25 gr feta
1 eetlepel olie
1 blikje rode bonen in chilisaus (netto 400 gr)
1/2 eetlepel Mexicaanse kruidenmix
3/4 liter vleesbouillon
1 blikje maïs (netto 150 gr)
2 eetlepels fijngeknipte verse koriander**

Pel en snipper de ui.

Maak de paprika schoon en snijd hem in kleine stukjes.

Snijd de chorizo en de feta in kleine blokjes.

Verhit de olie in een pan, bak de chorizoblokjes zachtjes uit en schep ze op keukenpapier.

Fruit de ui en de paprika in het bakvet.

Houd 3 eetlepels rode bonen apart en voeg de rest van de bonen met saus, de Mexicaanse kruiden en de bouillon aan het uimengsel toe.

Pureer de soep met een staafmixer.

Schep de maïs en de chorizo erdoor en warm de soep nog ± 5 minuten zachtjes door.

Roer tenslotte de feta en de koriander door de soep.

Lekker met tortillachips.

Mexicaanse soep met rundvlees en bonen

**1 grote witte uien
2 stengels bleekselderij
1 rode paprika
2 eetlepels olie
225 gr rundergehakt
6 tomaten
420 gr rode nierbonen
1 eetlepel komijnpoeder
1 eetlepel chilipoeder
1 eetlepel knoflookpoeder
1 mespunt kaneel
1 mespunt cayennepeper
1/2 liter runderbouillon
zout, peper**

Pel de ui en hak hem samen met de selderij fijn.

Laat de tomaten schrikken.

Haal de zaden uit de tomaten en de paprika en hak ze fijn.

Pureer de bonen.

Bak in een grote steelpan de ui, paprika en selderij in de olie tot ze zacht zijn.

Voeg het gehakt toe en bak het op matig vuur goed bruin.

Voeg de tomaten, de bonenpuree, de knoflook, zout, peper en de overige kruiden toe en meng alles goed.

Roer de bouillon erdoor en breng de soep aan de kook.

Leg een deksel op de pan en laat de soep, onder af en toe roeren, 30 minuten zachtjes sudderen.

Giet de soep in een blender of keukenmachine en pureer haar (de soep moet tamelijk dik en niet helemaal glad zijn).

Maak de soep met kruiden op smaak af en serveer haar met tortillachips.

Garneer eventueel met zure room.

Ribollita

(een stevige bonensoep met schiacciata, pizzabrood)

Toscanen zijn dol op bonen. Voor de bereiding van hun witte bonen wordt alleen de allerbeste olijfolie gebruikt. Ribollita maakt u van een restje stevige witte bonensoep.

Schiacciata, een krokant pizzabrood waarin verse kruiden worden verwerkt, smaakt er verrukkelijk bij.

**Ribollita (gegratineerde Toscaanse bonensoep)
(4-6 personen)**

**300 gr gedroogde witte bonen
5 eetlepels olijfolie
1 fijngesneden grote ui
2 fijngesneden teentjes knoflook
2 stengels bleekselderij in stukken
1 prei in ringen
4 wortels in stukken
4 groene koolbladeren in repen
100 gr wilde spinazie of 4 snijbietbladeren in repen
1 blik gepelde tomaten (á 400 gr)
2 eetlepels fijngesneden peterselie
2 eetlepels fijngesneden basilicum
zout, peper**

Voor de afwerking:

**5-6 dunne plakken grof brood
2 grote uien in dunne ringen
3-4 eetlepels olijfolie
een niet te diepe ovenvaste schaal**

Laat de bonen 1 nacht in ruim water weken. Zet ze de volgende dag met het weekwater op en laat ze op zacht vuur 1 1/4 uur koken.

Verhit de olie en bak de ui en de knoflook hierin ± 5 minuten.

Voeg de bleekselderij, prei, wortels, kool en spinazie toe en bak ze even omscheppend mee.

Voeg de tomaten met het vocht, de peterselie, de basilicum, zout en peper toe.

Schenk er ± 1 1/2 liter water bij, breng de soep aan de kook en laat haar op zacht vuur ± 2 uur koken.

Pureer * de helft van de bonen en roer de puree samen met de hele bonen door de soep.

Breng de soep met zout en peper op smaak en laat haar 1 nacht staan.

Bedek de volgende dag de bodem van een schaal met plakken pizzabrood en schenk er de bonensoep over.

Verwarm de oven voor op 225°C.

Leg de ringen ui op de soep, schenk er de olijfolie over en zet de ribollita ± 15 minuten in de oven tot de uien mooi bruin zijn.

Deze soep kunt u ook met witte bonen uit blik maken. Kies hiervoor de Italiaanse witte bonen (cannellini) die te koop zijn in delicatessewinkels. Laat ze goed uitlekken en voeg de bonen op het laatste moment aan de soep toe.

Griekse witte bonensoep

500 gr witte bonen (1 nacht geweekt)

2 1/2 liter water

3 fijngehakte uien

1 grote fijngehakte wortel

1 1/2 eetlepel fijngehakte peterselie

1 eetlepel tijm

2 eetlepels fijngehakte selderij

2 eetlepels tomatenpuree

1 1/2 eetlepel olijfolie

zout en peper naar smaak

Was de bonen, giet ze af en doe ze in een grote pan.

Zet ze onder water en laat ze twee minuten koken.

Giet al het water af en doe er eenzelfde hoeveelheid schoon water bij.

Breng het aan de kook, voeg uien, wortel, 1 eetlepel peterselie, selderij, tijm, tomatenpuree, olie, zout en peper toe.

Laat dit ongeveer 1 uur sudderen tot de bonen gaar zijn.

Dien de soep heet op, gegarneerd met peterselie.

Spaanse witte bonensoep

**1 ui
1 rode paprika
100 gr chorizo
2 eetlepels olijfolie
1 kleine pot witte bonen
2 theelepels oregano
1 pot rundvleesbouillon extra gevuld (380 ml)
versgemalen peper, zout**

Pel en snipper de ui.

Maak de paprika schoon en snijd hem in kleine stukjes.

Snijd de chorizo in blokjes.

Verhit de olie in een pan en bak de blokjes chorizo zachtjes uit.

Schep de ui en de paprika erdoor en bak het geheel op laag vuur nog ± 2 minuten.

Pureer de witte bonen met het vocht in een keukenmachine of stamp ze met een stamper fijn.

Roer in een soeppan de witte bonenpuree met de oregano, de bouillon en nog 1 pot water door elkaar en verwarm het geheel al roerend op laag vuur.

Roer het chorizomengsel erdoor en verwarm de soep nog enkele minuten.

Breng de soep op smaak met peper en zout.

Serveer de soep met een uienstokbrood.

Olifantensoep

(maaltijdsoep voor 8 personen)

Omdat het wat moeilijk is om in ons land aan olifant te komen, wordt in dit recept varkensvlees gebruikt.

**250 gr witte bonen
250 gr krabbetjes
250 gr winterpeen
250 gr knolselderij
150 gr prei
150 gr ui
250 gr aardappels
175 gr spruitjes
200 gr rauwe rookworst (eventueel Frankfurters)
peper, zout
laurierblad, tijm, lavas
2 liter water
peterselie**

Week de bonen 1 nacht in het water en zet ze in het weekwater op met de krabbetjes en de kruiden.

Breng ze aan de kook, schuim af en laat ± 1 1/2 uur koken tot de bonen bijna gaar zijn.

Snijd intussen alle groenten klein en halveer de spruitjes.

Voeg de knolselderij en de wortelen aan de soep toe en telkens 10 minuten

later de ui en de prei, de aardappelen en de spruitjes en tenslotte de worst.

Laat De worst in 20 minuten gaar worden.

Neem het vlees en de worst uit de pan.

Snijd het vlees in dobbelsteentjes en de worst in schijfjes.

Breng de soep op smaak met weinig zout, peper en veel gehakte peterselie.

Voeg tenslotte het vlees en de worst weer aan de soep toe.

Zonder witte bonen en verrijkt met croûtons is dit een smakelijke 'vooraf' soep.

Servische bonensoep

**350 gr witte bonen
2 liter water
200 gr mager rokspek
soepgroenten**

250 gr uien
250 gr aardappelen
1 eetlepel paprikapoeder
1 blikje tomatenpuree
peper, zout
100 gr salami, cervelaatworst of boerenmetworst
1/8 liter zure room

Laat de bonen een nacht in ruim water weken.

Snijd het spek in reepjes en bak die licht uit.

Maak de soepgroenten, uien en aardappelen schoon, snijd ze klein was ze, en laat ze uitlekken.

Voeg ze aan het spek toe en laat ze 10 minuten zachtjes smoren.

Zet de pan met bonen en het weekwater op het vuur, voeg het spek, de groenten, de tomatenpuree, het paprikapoeder, peper en zout toe en laat de soep 1 1/2 uur sudderen.

Snijd de worst in reepjes en laat die de laatste 15 minuten meetrokken.

Voeg vlak voor het serveren de zure room toe.

Bulgaarse kloostersoep

300 gr witte bonen
1 grote wortel
1 schijf knolselderij
2 grote uien
4 tomaten
4 eetlepels zonnebloemolie
2 scherpe Spaanse pepertjes
zout, versgemalen zwarte peper
1 theelepel gedroogde munt of 1 takje verse munt
peterselie

Dit is de streng vegetarische soep, die in de orthodoxe kloosters in Bulgarije tijdens de grote vasten wordt gegeten.

Laat de witte bonen een nacht weken en kook ze met het weekwater, samen met de zonnebloemolie gaar.

Voeg tegen het einde van de kooktijd de in reepjes gesneden selderij, de in reepjes gesneden wortel, de in ringen gesneden uien en de hele pepertjes toe en laat de soep nog ± 30 minuten koken.

Breng de soep op smaak met zout en peper en strooi er de fijngeknipte munt en peterselie over (gedroogde munt moet een tijdje meekoken).

De baardige Bulgaarse monniken eten de scherpe pepertjes erbij op. Het verhemelte van een West-Europeaan is hiervoor echter meestal niet vuurvast genoeg.

Zure soep uit Zagreb

3 in stukjes gehakte varkenspoten
1 schoongemaakte en grof gesneden ui
1 in blokjes gesneden winterwortel
1/4 geschilde en in blokjes gesneden selderijknol
2 eetlepels fijngehakte peterselie
2 1/2 liter water
500 gr geschilde en in plakken gesneden aardappelen
25 gr boter
2 eetlepels bloem
2 uitgeperste teentjes knoflook
zout, peper
1/2 dl citroensap

Doe de in stukjes gehakte varkenspoten, de grof gesneden ui, de blokjes winterwortel, de blokjes knolselderij, de fijngehakte peterselie en het water in een pan en breng het geheel aan de kook.

Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat alles ± 1 uur zachtjes koken.

Voeg de plakken aardappel toe en laat de soep nog ± 20 minuten zachtjes koken.

Smelt de boter in een pan en roer er de bloem en de uitgeperste knoflook door.

Voeg het bloemmengsel onder voortdurend roeren aan de soep toe tot een gebonden geheel is ontstaan.

Maak de soep op smaak met wat zout en peper.

Roer het citroensap vlak voor het serveren door de soep.

Server de soep met vers brood als volledige maaltijd.

Goulashsoep

boter

2 uien

2 teentjes knoflook

enkele worteltjes

2 groene en 2 rode paprika's

500 gr in blokjes gesneden rundvlees

2 1/2 liter bouillon

4 grote aardappelen

peper, zout

2 eetlepels paprikapoeder

cayennepeper

bloem

Bak de kleingesneden ui en knoflook in de boter bruin.

Bak dan de wortelplakjes en de paprikasnipperen mee en bak tot slot de blokjes vlees rondom mooi bruin.

Voeg de bouillon toe en laat alles 3-4 uur sudderen.

Voeg de in piepkleine blokjes gesneden aardappelen toe met peper, zout, paprikapoeder en cayennepeper en laat de soep nog minstens 1/2 uur koken.

Bind haar eventueel met wat aangemengde bloem.

Goulashsoep II

400 gr doorregen borstlappen

50 gr reuzel

1 eetlepel bloem

2 grote gesnipperde uien

1 eetlepel tomatenpuree

1 gesnipperd teentje knoflook

3 kruidnagels

1 theelepeltje kummelzaadjes

1 eetlepel paprikapoeder

2 rode paprika's

4 grote aardappelen in stukjes

zout

Snijd het vlees in kleine stukken.

Verhit de gesneden reuzel in een braadpan en bak de stukjes vlees hierin snel aan alle kanten goudbruin.

Strooi de bloem erover en laat ook die lichtbruin kleuren.

Voeg de uisnipperen toe en matig het vuur.

Roer er, als de uisnipperen goudgeel zijn, de tomatenpuree door en voeg dan de knoflook, de kruidnagels, de kummelzaadjes, het paprikapoeder en de in repen gesneden paprika's toe.

Giet er 1 1/4 liter water bij, leg een deksel op de pan en laat de soep op laag vuur 3 uur trekken.

Voeg dan de aardappelen en naar smaak zout toe en laat de soep nog opstaan tot de aardappelstukjes gaar zijn.

Oostenrijkse goulashsoep

500 gr magere runderlappen

500 gr aardappelen

2 uien

2 teentjes knoflook

1 rode paprika

1 blikje tomaatstukjes (netto 400 gr)

1 klein blikje tomatenpuree

2 gedroogde chilipepertjes

**2 theelepels majoraan
2 theelepels karwijzaad
1/2 eetlepel paprikapoeder
3 vleesbouillontabletten
1 runderschenkel
zout, peper**

**Snijd het vlees in dobbelstenen.
Schil de aardappelen en snijd ze in blokjes.
Snipper de ui en de teentjes knoflook.
Maak de paprika schoon en snijd deze in kleine stukjes.
Schep alle ingrediënten in een soeppan door elkaar en voeg 1 1/2 liter water toe.
Breng het geheel op een zacht vuur langzaam aan de kook en laat de soep in ± 2 uur zachtjes gaar sudderen.
Verwijder de schenkel en breng de soep op smaak met zout en peper.
Lekker met stokbrood.**

Hongaarse goulashsoep met rode bonen

**500 gr varkenspoet
2 uien
1 teentje knoflook
600 gr aardappelen
2 eetlepels olie
1 eetlepel tomatenpuree
2 blikjes kidneybeans
500 gr tomatenmoes
1/2 theelepel chilipoeder
1 bouillontablet
peper, zout
1 rode Spaanse peper
1 pakje diepvriesprinsesseboontjes**

**Snijd het vlees in kleine blokjes.
Pel de uien en de knoflook en hak ze fijn.
Schil de aardappelen, was ze en snijd ze in blokjes.
Bak het vlees in de hete olie aan alle kanten mooi bruin.
Voeg de ui, knoflook en aardappelen toe en laat ze even meestoven.
Voeg de tomatenpuree, de uitgelekte bonen, de tomatenmoes, het chilipoeder en de bouillon toe, kruid met peper en zout en giet er 1/2 liter water bij.
Snijd de Spaanse peper in de lengte doormidden, verwijder de zaadjes en snijd het vruchtvlees in stukjes.
Voeg ze bij de soep en laat deze ± 45 minuten zachtjes pruttelen.
Voeg 15 minuten voor het einde van de gaartijd de boontjes toe.
Lekker met stokbrood.**

Vegetarische goulashsoep

**2 paprika's
1 in ringen gesneden ui
3 gesnipperde uien
70 gr tomatenpuree
750 gr aardappelen in blokjes
2-3 groentebouillonblokjes
1/2 eetlepel paprikapoeder
1 theelepel cayennepeper
1/2 eetlepel zout
1 gesnipperde teen knoflook of 2 theelepels knoflookpoeder
1 theelepel karwijzaad
50 gr boter
1 1/2 liter water**

**het water met de bouillonblokjes aan de kook.
Doe er, zodra het kookt, de stukjes aardappel in en laat die 10 minuten koken (giet ze niet af).**

Halveer de paprika's, verwijder de zaadlijsten en snijd de paprikahelften in dunne reepjes.

Fruit de paprika en de in ringen gesneden ui 10 minuten in 25 gr boter.

Voeg de tomatenpuree en wat bouillon toe en laat dit mengsel nog 5-10 minuten sudderen.

Bewaar dit mengsel, dat de Hongaren 'Lescø' noemen, voor later.

Fruit de gesnipperde uien 5 minuten in 25 gr boter en voeg het paprikapoeder, de cayennepeper, het zout, de knoflook en het karwijzaad toe.

Giet er zoveel bouillon bij dat alles ruim onder staat.

Laat de massa op een zacht vuur ± 10 minuten zachtjes stoven onder af en toe roeren, om aanbranden te voorkomen.

Giet er eventueel nog wat bouillon bij, als er teveel van is verdampt.

Doe alles bij elkaar in de bouillon en voeg eventueel water toe tot de groenten ruim onder staan.

Laat de soep, onder af en toe roeren, nog ± 10 minuten doorkoken.

Preisoep

1 pot kippenbouillon

2 preien

1/4 kopje rijst

2 fijngehakte uien

3 geschilde en in blokjes gesneden aardappelen

zout, peper

Breng de bouillon (1 1/2 liter) aan de kook, doe er de fijngesneden preien, de rijst, uien en aardappelen bij en laat dit in 30 minuten gaar sudderen.

Wrijf de soep door een zeef en breng hem op smaak met peper en zout.

Roer er eventueel restjes vlees of balletjes gehakt door.

Preisoep met garnalen

1 flinke aardappel

1 dingesneden prei

3/4 liter kippenbouillon

1 teentje knoflook uit de pers

75 gr garnalen

boter

een scheutje slagroom

tabasco

dille

Rasp de aardappel en laat die met de prei, de bouillon en de knoflook ± 15 minuten zachtjes koken.

Bak intussen de garnalen in wat boter en roer ze met de slagroom en 2 druppels tabasco bij de soep.

Bestrooi de soep met dille.

Roomsoep van witlof en prei

4 struikjes witlof

2 witten van prei

boter

200 gr geschilde aardappelen (bintjes)

peper, zout

1 koffielepel suiker

1 liter warme melk

200 gr zure room

Was het witlof, droog het, verwijder het bittere hart en snijd het in rondjes van ± 2 mm.

Doe dit ook met het preiwit.

Smelt wat boter en stoof hierin de fijngesneden groenten ± 10 minuten, zonder ze te laten kleuren.

Rasp intussen de aardappelen fijn, was ze en voeg ze bij de groenten.

Voeg peper, zout en suiker toe en giet er de voorverwarmde melk over.

Breng aan de kook en laat 25-30 minuten verder koken tot de aardappelen en de groenten zacht zijn.

Voeg de zure room toe, meng goed en laat de soep 1 minuut doorkoken.

Neem de pan van het vuur, breng de soep op smaak en dien haar warm op met geroosterd stokbrood.

Preisoep met Boursin (magnetron)

**2 preien
1/2 liter bouillon
1 eetlepel boter
1 eetlepel bloem
1 pakje Boursin
witte wijn naar smaak
versgemalen peper**

Maak de preien schoon, snijd ze in stukken en kook die in een pan met de bouillon in 25 minuten gaar; of kook ze met het aanhangende water in een afgedekte schaal 10 minuten in de magnetron op vol vermogen en giet er dan de bouillon bij.

Pureer de prei en de bouillon in een keukenmachine of met een staafmixer.

Smelt de boter in een maatbeker (van 1 liter) in ± 1 minuut op vol vermogen en roer er de bloem en de bouillon door.

Zet de schaal terug in de magnetron en breng het geheel op de hoogste stand in ± 5 minuten opnieuw aan de kook.

Roer de massa elke minuut met een garde door.

Breng de soep op smaak met Boursin, witte wijn en peper.

Schotse preisoep

**1 soepkip
2 liter water
een stukje foelie
zout
ui
wortel
peterselie
peperkorrels
rozemarijn**

**6 dunne preien
50 gr rijst
10 geweekte pruimen**

Trek een kippenbouillon van de soepkip en alle ingrediënten tot en met de rozemarijn.

Haal de gare kip uit de pan en zeef de bouillon.

Voeg het in dunne ringen gesneden wit van de preien aan de bouillon toe, samen met de rijst en de geweekte, ontpitte pruimen en laat dit samen ± 30 minuten zachtjes koken.

Voeg de in stukjes gesneden kip toe en maak de soep op smaak af met peper, zout en fijngeknipte peterselie.

Winterposteleinsoep (6 personen)

**1 prei
1 ui
75 gr boter
3 eetlepels tarwebloem
500 gr kalfsschenkel
1 takje tijm
1 laurierblaadje
1 mespunt sambal oelek
1 schaaltje winterpostelein
1 kropje rode sla**

**1 eierdooier
1 dl room
peper, zout**

de prei en de ui schoon, snijd ze in grove stukken en stoof deze in de boter tot ze glazig zijn.

Strooi er de bloem over en spatel die gelijkmatig door het mengsel.

Voeg 2 liter water toe, roer alles goed los, doe er de schenkel, de tijm, de laurier, 1 theelepel zout en een mespunt sambal oelek bij en laat ± 50 minuten zachtjes koken tot de schenkel gaar is.

Haal het vlees uit de bouillon en verwijder de tijm en het laurierblaadje.

Haal het merg uit de schenkel, mix het in de soep en zeef de soep.

Spoel en droog de postelein en 1/4 van de rode sla.

Hak de postelein grof en snipper de sla zeer fijn.

Roer de eierdooier en de room in een soepterrine los en breng op smaak met peper.

Laat de soep nog even inkoken en roer er de postelein en de rode sla door.

Giet de soep daarna in de terrine en dien op.

**Andijviesoep met croûtons
(2 personen)**

**1/2 krop andijvie
1 sjalotje
1 sneetje bruin brood
2 eetlepels olijfolie
1/2 liter kippenbouillon
1/2 dl slankroom (garderroom)
25 gr geraspte oude kaas
1 eetlepel fijngeknipt bieslook**

Was de andijvie, bewaar enkele mooie, kleine blaadjes uit het hart en snijd de rest in reepjes.

Pel en snipper het sjalotje.

Snijd het brood in kleine blokjes.

Verhit 1 eetlepel olie in een pan en fruit het sjalotje glazig.

Schep de andijviereepjes erdoor en smoor die ± 2 minuten mee.

Voeg de bouillon toe en laat de soep ± 5 minuten zachtjes koken.

Pureer de soep met een staafmixer, voeg al roerend de room en de kaas toe en laat de kaas al roerend smelten.

Verhit 1 eetlepel olie in een kleine koekepan en bak de blokjes brood knapperig bruin.

Schep de soep in 2 diepe borden en strooi er de overgebleven andijvieblaadjes, de croûtons en het bieslook in.

**Wortelsoep
(8 personen)**

**kg worteltjes
80 gr boter
1 liter bouillon (tablet)
400 gr crème fraîche
zout, peper
2 theelepel citroensap
kervel**

Maak de worteltjes schoon en was ze.

Snijd 800 gr worteltjes in stukken en fruit ze in de boter aan.

Snijd de rest van de worteltjes in dunne plakjes.

Blus de gefruite worteltjes met de bouillon en de crème fraîche af en laat het geheel afgedekt 20 minuten zachtjes koken.

Pureer de soep met een staafmixer of een roerzeef en maak haar op smaak af met zout, versgemalen peper en citroensap.

Breng de soep weer aan de kook en laat de wortelplakjes in de soep in 10-15 minuten gaar worden.

Was de kervel, neem de blaadjes van de stelen en strooi ze vlak voor het serveren over de soep.

Wortelsoep met gember

4 bolletjes gember
1/2 zakje stoneleeks of 3 bosuitjes
1 bos bospeen (750 gr)
1 citroen
1 theelepel gedroogde tijm (of een takje verse)
1 sjalotje
1 eetlepel boter
1 theelepel gemberpoeder
2 groentebouillontabletten
3 eetlepels slagroom
zout, peper

Snippet de gember heel fijn.

Snijd de stoneleeks in dunne ringetjes.

Schrap de wortels, was ze en snijd ze in stukjes.

Pers de citroen uit.

Ris de tijmblaadjes van het takje.

Pel en snippet het sjalotje.

Verhit de boter in een (soep)pan en bak daarin de sjalot en het gemberpoeder zachtjes 1 minuut.

Voeg de wortel, de tijm, het citroensap en 7 dl water toe en verkruimel er de bouillontabletten boven.

Laat de wortel afgedekt in ± 15 minuten zachtjes gaar koken.

Pureer de soep met staafmixer en zeef haar boven een andere pan.

Laat de soep in ± 3 minuten opnieuw zachtjes warm worden en roer er van het vuur af de slagroom door.

Breng de soep op smaak met zout en peper.

Schep de soep in 4 diepe borden en strooi er de gember en de stoneleeks over.

Serveer er bruin stokbrood bij.

Wortel-crèmesoep

600 gr winterwortel
2 uien
50 gr boter
1 1/2 liter kruidenbouillon (tablet)
zout, peper
3 dl koffieroom
geraspte wortel
geraspte rettich
bieslook

Maak de wortels schoon en snijd ze in grove stukken.

Pel de uien en snijd ze in ringen.

Verhit de boter en bak de ui hierin glazig.

Voeg na enkele minuten de wortel toe, schenk de bouillon erbij en breng aan de kook.

Leg het deksel op de pan en laat de soep ± 30 minuten zachtjes koken.

Pureer de soep of wrijf haar door een zeef, breng haar opnieuw aan de kook en breng op smaak met zout en peper.

Roer er vlak voor het serveren de room door.

Schep de soep in de borden en garneer met geraspte wortel, geraspte rettich en bieslooksprietjes.

Romige worteltjessoep

1 grote gesnipperde ui
2 geperste teentjes knoflook
1 eetlepel olijfolie
450 gr wortelen in stukjes
1 theelepel gemengde kruiden
8 1/2 dl bouillon

**1/8 liter zure room
zout, peper**

Bak de ui en de knoflook in de olie glazig en voeg de stukjes wortel, de gemengde kruiden en de bouillon toe.

Breng het mengsel aan de kook en kook de wortelen in ± 30 minuten gaar.

Laat het mengsel iets afkoelen en pureer het in een keukenmachine.

Voeg de zure room en zout en peper toe en meng goed.

Warm de soep goed door (maar laat haar niet meer koken) en serveer.

**Wortel-citroensoep
(2 personen)**

**1 sjalotje
1 winterwortel
1 stengel bleekselderij
1/2 citroen
1 eetlepel olijfolie
1 kruidenbouillontablet
zout, peper
1 eetlepel fijngeknipte (knoflook)bieslook**

Maak het sjalotje, de wortel en de bleekselderij schoon en snijd ze heel fijn.

Verhit de olie in een pan en fruit de groenten ± 2 minuten.

Boen intussen de citroen goed schoon en rasp een kwart van de gele schil dun af.

Pers de citroen uit en roer het citroensap door de groenten.

Verkruimel de bouillontablet erboven en voeg 4 dl water en 1/2 theelepel geraspte citroenschil toe.

Breng de soep aan de kook en kook de groenten in ± 7 minuten zachtjes gaar.

Pureer de soep met een staafmixer.

Warm de soep nog even door en voeg naar smaak zout en peper toe.

Schep de soep in 2 diepe borden en strooi er de bieslook in.

Wortelsoep met yoghurt

**600 gr wortelen
1 eetlepel komijn
40 gr boter
8 dl gevogeltebouillon
1 1/2 dl room
peper, zout
suiker
1/2 bosje bieslook
4 eetlepels volle yoghurt
1 theelepel geraspte citroenschil**

Was de wortelen, snijd ze in plakjes en bak die samen met de komijn in de hete boter aan.

Doe de bouillon erbij en kook de wortelen gaar.

Giet er dan 1/3 van de wortelen uit en houd deze apart.

Pureer de rest en roer er de room door.

Maak af met peper, zout en suiker.

Doe de wortelschijfjes weer in de soep en warm die voorzichtig op.

Snijd de bieslook fijn.

Doe de soep in borden en garneer met een theelepel bieslook, de yoghurt en geraspte citroenschil.

Romige soep van bospaddestoelen

**2 uien
2 wortelen
5 koffielepels olijfolie
500 gr runderschenkel
1 dl gin
2 seldertakjes
5 jeneverbesjes
20 gr droge boleten**

boter
30 gr bloem
2 dl room
4 sneetjes witbrood
100 gr girollen of cantharellen
2 eetlepels gehakte bieslook
peper, zout

Pel de uien en hak ze in stukken.
Maak de wortelen schoon en hak ze in grove stukken.
Giet 4 koffielepels olijfolie in een hoge kookpan en bak daarin de runderschenkel aan alle kanten aan.
Voeg de gehakte ui en de wortel toe en laat die even bruinen.
Giet er de gin over, flambeer de bereiding en blus met 2 liter water.
Maak de selderijtakjes schoon, snijd ze in stukken en voeg die, samen met de jeneverbessen en de boleten, bij de bouillon.
Breng op smaak met peper en zout en laat de bouillon, net onder het kookpunt, ± 4 uur trekken.
Giet hem vervolgens door een zeef.
Smelt 30 gr boter en roer er de bloem door.
Bind de bouillon met deze roux, voeg er de room aan toe en laat de soep zachtjes inkoken.
Verwijder de korsten van het brood en snijd het in kleine blokjes van ± 1/2 cm.
Smelt een klontje boter en bak de broodblokjes krokant.
Verwarm de rest van de olijfolie en bak er de girollen even in.
Roer er het gehakte bieslook door.
Schep de hete soep in 4 soepborden, leg de girollen in het midden en strooi er de croûtons omheen.

Paddesstoelenroomsoep
1 1/2 liter gevogeltebouillon
200 gr paddestoelen (cèpes)
50 gr boter
40 gr meel
100 gr room
peper, zout
gehakte bieslook

Maak de paddestoelen schoon en hak de helft fijn.
Bak ze in 40 gr boter 5 minuten op, besprenkel ze met meel en laat schuimen.
Verdun met de bouillon en laat 15 minuten pruttelen.
Snijd de rest van de paddestoelen in schijfjes, bak die in de rest van de boter op en voeg ze aan de soep toe.
Warm de soep weer op en voeg er de room bij.
Breng op smaak met peper en zout en bestrooi met gehakte bieslook.

Paddestoelensoep met tuinkers
400 gr oesterzwammen
4 gr gedroogd eekhoorntjesbrood
100 gr doorregen spek
1 teentje knoflook
20 gr boter
zout, peper
4 dl gevogeltebouillon (pot)
1/4 liter slagroom
1 eetlepel citroensap
suiker
4 eetlepels olie
1/2 bakje tuinkers

Snijd de oesterzwammen in plakjes.
Hak het eekhoorntjesbrood in kleine stukjes en week die in 1 dl warm water.
Snijd het spek in blokjes en bak ze met het uitgeperste teentje knoflook in de boter aan.
Voeg 300 gr oesterzwammen toe en laat ze 6-8 minuten mee sudderen.

Breng op smaak met peper en zout.

Voeg het eekhoorntjesbrood met het weekwater en de gevogeltebouillon toe, pureer alles en zeef de soep.

Roer er de slagroom en het citroensap door en breng op smaak met peper, zout en suiker.

Bak de rest van de oesterzwammen in de olie aan en breng ze met peper en zout op smaak.

Laat de soep even opkoken en doe er de oesterzwammen en de tuinkers bij.

Paddestoelensoep met champignoncrostini

1 bakje grotchampignons (250 gr)

25 gr boter

1 fijngesnipperd sjalotje

4 eetlepels slagroom

3 eetlepels droge witte vermout

2 1/2 eetlepel zonnebloempitten

25 fijngeknipte sprietjes bieslook

zout, versgemalen peper

6 sneetjes stokbrood

1 pak heldere paddestoelensoep (Honig)

Snijd de champignons in stukjes.

Verhit de boter in een braadpan en bak het sjalotje en de champignons 5 minuten tot het vocht bijna is verdampt.

Voeg de slagroom en 2 eetlepels vermout toe en laat op hoog vuur inkoken tot het vocht is verdampt.

Laat afkoelen.

Rooster de zonnebloempitten in een droge koekepan en roer ze met de helft van de bieslook door het champignonmengsel.

Breng op smaak met zout en peper.

Bestrijk het stokbrood met het champignonmengsel en zet het afgedekt in de koelkast.

Verwarm de grill voor op de hoogste stand.

Bereid de soep volgens de aanwijzingen op het pak.

Grilleer de champignon-crostini 4 minuten, strooi er 1 eetlepel bieslook over en strooi de rest van de bieslook over de soep.

Houd de soep en de crostini tot het gebruik warm.

Schep de soep in de borden en let de crostini in de soep.

Champignonsoep I

500 gr champignons

2 eetlepels boter

1 grote ui

1 liter bouillon

peper, zout

4 volle eetlepels bloem

melk

2 eetlepels zure room of Bulgaarse yoghurt

Was de champignons en snijd ze in plakjes.

Verwarm in een pan de boter en bak de champignons hierin op laag vuur 5-10 minuten.

Voeg dan de gesnipperde ui toe en bak die mee.

Schenk de bouillon in de pan en voeg naar smaak peper en zout toe.

Verwarm dit alles en laat de soep 15 minuten zachtjes koken.

Roer de bloem met op kamertemperatuur gebrachte melk tot een glad papje, schenk dit a roerend bij de soep en laat alles 7 minuten doorkoken.

Roer de zure room of de yoghurt los met melk en roer ook dit door de soep.

Laat deze nu niet meer koken.

Mogelijke toevoegingen bij deze basissoep:

garnalen

een paar eetlepels doperwten

1 theelepel kerriepoeder

100 gr gesnipperde in weinig boter aangebraden ham

4 schoongemaakte en gepelde tomaten

Champignonsoep II

**1 ui
250 gr champignons
1 eetlepel citroensap
4 eetlepels boter
versgemalen peper
1/2 theelepel majoraan
1 theelepel chilisaus
1 dl witte wijn
2 groentebouillontabletten
2 eetlepels bloem
peterselie**

Snipper de ui.

Was de champignons en vermeng ze met het citroensap.

Smelt 2 eetlepels boter en fruit hierin de ui.

Voeg de champignons toe en bak ze een paar minuten mee.

Voeg peper, majoraan, chilisaus en witte wijn toe en laat dit een kwartiertje sudderen.

Maak intussen bouillon van 1 liter water en de bouillontabletten.

Smelt in een andere pan de overige 2 eetlepels boter, roer de bloem erdoor en roer er steeds wat bouillon bij (de soep moet telkens aan de kook komen).

Roer de champignons bij de gebonden bouillon en laat de soep op een vlamverdeler nog 15 minuten pruttelen.

Serveer de soep bestrooid met peterselie.

Champignonsoep III

**1 doosje champignons
25 gr boter
citroensap
1 liter bouillon
30 gr bloem
zout, peper
koffieroom**

Snijd de gewassen champignons in plakjes en smoor ze, bedruppeld met wat citroensap, 10 minuten in de boter.

Schenk de bouillon erop en laat de soep 15 minuten zachtjes koken.

Maak de bloem met water aan en schenk dit al roerend in de hete soep.

Laat de soep even doorkoken en breng hem op smaak met zout, versgemalen peper en een scheutje koffieroom.

Champignonsoep IV

**2 eetlepels olijfolie
100 gr gesneden grotchampignons
2 eetlepels versgeknipte gemengde tuinkruiden (bijvoorbeeld tijm, marjolein en basilicum)
1 1/2 dl droge witte wijn
25 gr boter
25 gr bloem
3/4 liter kruidenbouillon
1 eierdooier
3 eetlepels room
1 theelepel citroensap
3 eetlepels fijngehakte kervel
peper, zout**

Bak de in plakjes gesneden grotchampignons in een soeppan in de olijfolie.

Voeg de tuinkruiden toe, giet er de wijn op en stoof de champignons 10 minuten.

Smelt in een tweede pan de boter, roer er de bloem bij en laat even pruttelen.

Schenk er in gedeelten al roerend de kruidenbouillon bij en breng de soep steeds aan de kook.

Roer de champignons erbij en laat de soep even doorkoken.

Klop de eierdooier los met de room, het citroensap en de fijngehakte kervel en roer dit in een dun straaltje bij de soep.

Breng op smaak met peper en zout.

Champignonsoep V

100 gr boter

90 gr bloem

100 gr uien

1 liter kippenbouillon

250 gr champignons

50 gr ham

peterselie

zout, peper

Snijd de uien zeer fijn, de ham in blokjes en de champignons in plakjes en hak de peterselie zeer fijn.

Smelt de boter in een pan en fruit de uien hierin glazig.

Voeg op laag vuur de bloem toe en roer met een houten lepel tot zich in de pan een bal vormt.

Neem de pan van het vuur en voeg al roerend bij beetje tegelijk de koude bouillon toe.

Verwarm de soep opnieuw en blijf roeren tot een egale vloeistof zonder klontjes ontstaat.

Blancheer de champignons en voeg ze aan de soep toe.

Voeg tenslotte de ham en de peterselie toe.

Maak de soep eventueel met wat room af en breng haar op smaak met peper en zout.

Champignonsoep met kerrie

500 gr paddestoelen, waaronder champignons

1 bouillontablet

2 preien

100 gr bloem

10 gr kerrie

1 liter melk

kervel of peterselie

zout, peper

Snijd de preien in ringetjes.

Borstel de paddestoelen schoon en snijd ze in plakjes.

Doe wat boter in een soeppan en roerbak de prei.

Doe er de melk, kerrie, bloem en het bouillontablet bij en warm het geheel op, tot het bijna kookt.

Doe er dan de paddestoelen bij, roer goed door en laat de soep op laag vuur 10-15 minuten pruttelen.

Roer af en toe even door.

Voeg dan naar smaak kervel of peterselie en zout en peper toe.

Champignonsommé

750 gr champignons

1 1/2 liter kippenbouillon

2 eiwitten

2 eetlepels Madeira

peper

opgeklopte gezouten room

Sudder de gehakte champignons 30 minuten in de bouillon en zeef die dan door een kaasdoek; pers goed uit.

Klop er 2 lichtgeklopte eiwitten door, laat 2 minuten koken en zeef het geheel nogmaals door de kaasdoek.

Warm de soep opnieuw op en maak haar af met de Madeira, peper en zout.

Dien de soep heet op met een lepel opgeklopte gezouten room.

Het klaren van een consommé

Het geheim van een glasheldere bouillon zit 'm in het eiwit.

Zorg ervoor, dat u steeds zuiver eiwit gebruikt, d.w.z. eiwit zonder eigeel. Dit eiwit mengt zich met de zwevende bestanddelen in de soep (groenten, gehakt, kruiden).

Bij het koken wordt dit eiwit gaar en gaat zo een net weven door de bouillon.

Op die manier worden alle bestanddelen vastgehouden en vormen ze een dikke korst op het oppervlak.

Hieronder bevindt zich de glasheldere consommé.

Om de consommé onder de korst uit te halen, gaat u als volgt te werk:

Maak een groot gat in de eiwitkoek en zet hierin een puntzeef, zodat de bouillon in de zeef loopt.

Laat de zeef op de rand van de kookpot rusten.

Zet een tweede puntzeef, waarin een neteldoek hangt, in een andere kookpot en schep de bouillon voorzichtig met een pollepel van de ene pot in de andere over.

Champignon- aardappelsoep

3 eetlepels olijfolie

1 schoongemaakte en kleingesneden ui

500 gr in plakjes gesneden champignons

250 gr geschilde en in blokjes gesneden aardappelen

3 ontvelde en in stukjes gesneden tomaten

2 eetlepels fijngehakte peterselie

1 1/2 liter bouillon

1 eetlepel maïzena

zout, peper

1 dl zure room

Verhit de olijfolie in een grote pan en fruit hierin de kleingesneden ui ± 3 minuten.

Voeg de plakjes champignons toe en fruit deze ± 3 minuten mee.

Voeg de blokjes aardappel toe en fruit het geheel onder regelmatig omscheppen nog ± 5 minuten.

Voeg de stukjes tomaat, de fijngehakte peterselie en de bouillon toe en breng de soep aan de kook.

Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat de soep ± 15 minuten zachtjes koken.

Maak de maïzena aan met wat water en bind hiermee de soep.

Maak het geheel op smaak met wat zout en peper.

Roer de zure room vlak voor het serveren door de champignon-aardappelsoep.

Champignon- courgettesoep

2 teentjes knoflook

1 kleine courgette (± 200 gr)

25 gr boter

1 theelepel paprikapoeder

1 zakje champignonsoep (Knorr)

100 gr gerookte kipfilet

4 soepstengels

4 plakken rauwe ham

Pel en snipper de knoflook.

Was de courgette en snijd hem in dunne plakjes.

Verhit de boter in een ruime pan en fruit de knoflook met het paprikapoeder al omscheppend goudgeel.

Voeg de courgette toe en bak die al omscheppend 1 minuut mee.

Schenk er 1 liter water bij en voeg al roerend de inhoud van het pakje soep toe.

Breng de soep al roerend aan de kook en laat haar 4 minuten op een laag vuur zachtjes doorkoken.

Snijd intussen de kipfilet in dunne plakjes, voeg die aan de soep toe en warm nog 1 minuut goed door.

Verdeel de soep dan over de borden en serveer haar met de soepstengels, omwikkeld met de rauwe ham.

Variatietip:

Vervang voor een kerrie-courgettesoep het zakje champignonsoep door een

zakje kerriesoep.

**Soepstengels met een peperdip
(2 personen)**

20 soepstengels
200 gr rauwe of Parmaham
1 1/2 eetlepel mayonaise
1 eetlepel volle yoghurt
1 eetlepel medium dry sherry
1 1/2 eetlepel versgemalen peper

Omwikkel elke soepstengel met een plakje rauwe ham.
Klop een sausje van de mayonaise, de yoghurt, de sherry en de peper.
Serveer de hamstengels met de peperdip.

Champignon-tomatensoep

1 ui
2 bakjes champignons
2 eetlepels citroensap
1 eetlepel boter
1 teentje knoflook
1 tomatenbouillontablet
1 vleesbouillontablet
2 takjes peterselie
zout, peper

Pel en snipper de ui.
Was de champignons, snijd ze in plakjes en sprenkel er het citroensap over.
Verhit de boter in pan en fruit de ui 3 minuten.
Roer er de uitgeperste knoflook en de champignons bij en bak ze 5 minuten zachtjes mee.
Voeg 1 liter water en de bouillontabletten toe en breng aan de kook.
Roer er vlak voor het opdienen de peterselie door.

**Wildbouillon met cantharellen
(2 personen)**

1/4 gele paprika
75 gr cantharellen
1/2 eetlepel boter
1 theelepel tijm
1/2 dl medium dry sherry
1 potje wildbouillon (400 ml)
citroensap
1/2 eetlepel fijngeknipte bieslook

Snijd de paprika in smalle stukjes van ± 2 cm lang.
Veeg de cantharellen schoon.
Smelt de boter, schep er de paprika, de cantharellen en de tijm door, smoor dit mengsel ± 3 minuten en roer er de sherry en de wildbouillon door.
Verwarm de wildbouillon en breng haar met enkele druppels citroensap op smaak.
Schep de wildbouillon in 2 warme diepe borden en strooi de bieslook erin.
Lekker met een kaasstengel.

Tomaten-knoflooksoep

1 kg tomaten
3 extra tenen knoflook
een flink stuk chorizo
verse basilicum, tijm, peper en zout
1 vis- of groentebouillonblokje
2 flinke theelepels paprikapoeder

*

Ontvel de tomaten en kook ze in een laagje water tot moes.
Laat de kruiden meekoken en voeg het bouillonblokje, peper en zout toe.
Zeef de soep, als alles tot moes is gekookt is.
Bak in een koekepan in een mooie laag olijfolie de 3 in dunne plakjes gesneden tenen knoflook aan.
Voeg, als ze lichtgeel zijn, de in blokjes gesneden chorizo erbij en bak het geheel op een hoog vuur aan.
voeg dan het paprikapoeder toe.
Breng de gezeefde tomaten met water op ongeveer 1 liter volume en breng ze aan de kook.
Voeg het chorizo-mengsel en de knoflooktenen erbij en laat de soep nog enkele minuten koken.
Dien de soep heet op.

Tomaten- groentesoep met courgette
1 blikje Unox tomaten-groentesoep
1 kleine courgette in blokjes
12 gehalveerde kerstomaatjes
150 gr cervelaat aan één stuk, in blokjes
8 soepstengels
8 plakjes rauwe ham

Bereid de soep volgens de aanwijzingen op de verpakking.
Voeg de courgette toe en laat de soep ± 2 minuten zachtjes doorkoken.
Roer de kerstomaatjes en blokjes cervelaat door de soep en laat de soep door en door warm worden.
Omwikkel de Soepstengels met rauwe ham en serveer ze bij de soep.

Crème Andalouse
1 blik tomatencrèmesoep
1 rode of gele geschilde paprika
1/2 kop gekookte rijst
1 dl room
1 glas rode Gancia
1 soeplepel gehakte peterselie

Snijd de geschilde en ontpitte paprika in kleine stukjes.
Breng de inhoud van een blik tomatencrèmesoep, verdund met een blik water aan de kook en voeg er de paprika, de gekookte rijst en de Gancia aan toe.
Breng de soep opnieuw aan de kook en roer er de room door.
Bestrooi met peterselie en dien de soep heet op.

Acquacotta (tomaten-groentesoep met ei en kaas)
2 uien
2 stengels bleekselderij
1 teentje knoflook
1/2 dl olijfolie
600 gr tomaten
10 blaadjes verse munt
2 eieren
30 gr Parmezaanse kaas
4 sneetjes witbrood
peper, zout

Ontvel de tomaten en snijd ze in kleine blokjes.
Snijd de ui in een fijne brunoise en de bleekselderij in dunne reepjes.
Bak de ui en de bleekselderij met de knoflook in de olie.
Blus het geheel af met 1 1/2 liter kokend water en voeg de tomaten en de munt toe.
Maak dobbelsteentjes van het brood en bak ze even in olie (Croûtons).
Doe de eieren en de geraspte kaas in een kom en meng ze door elkaar.
Voeg het ei-kaasmengsel in één keer aan de soep toe en blijf goed kloppen.
Schenk de soep in koppen en voeg de croûtons toe.

Courgettesoep

2 niet te grote courgettes
1 ui
1 liter bouillon (tablet)
1/4 liter slagroom
1 eetlepel kerrie of meer naar smaak
(zout en peper)

Snipper de ui en snijd de courgettes in kleine blokjes.
Fruit de ui glazig, strooi de kerrie erover en voeg de courgetteblokjes toe.
Laat alles 10 minuten zachtjes fruiten.
Voeg daarna de bouillon en de room toe en kook de soep tot de courgette gaar is, ongeveer 15 minuten.
Maak de soep fijn in een blender of doe hem door een roerzeef.
Laat even doorwarmen en dien meteen op.

Romige courgettesoep met ham
(6 personen)

2 uien
1 kg courgettes
6 eetlepels boter
2 kruidenbouillontabletten
1 theelepel tijm
½ liter melk
½ liter water
4 takjes peterselie
100 gr achterham

Pel de uien en snipper ze fijn.
Was de courgettes, verwijder de kroontjes en snijd ze in stukken.
Verhit in een pan 2 eetlepels boter en fruit de ui ± 3 minuten.
Voeg de courgette, de bouillontabletten, de tijm, het water en de melk toe en laat ± 20 minuten koken.
Zet een draaizeef (passe-vite) op een andere pan, giet de soep erdoor en maal de courgette tot puree.
Laat afkoelen tot gebruik.
Knip de peterselie in een kopje fijn.
Snijd de ham in dunne reepjes.
Verwarm de soep al roerend ± 3 minuten en klop er van het vuur af de rest van de boter door.
Verdeel de soep over 6 borden en strooi er de ham en de peterselie over.

Soep van zure room en courgettes
(6 personen)

1 kg courgettes
1 1/2 liter kippenbouillon
1 wortel
1 grote ui
1 groene paprika
4 tomaten
60 gr rijst
3 eetlepels citroensap
2 eetlepels gehakte verse lavas
60 ml olie
1 theelepel zout
1/3 theelepel witte peper
1 theelepel suiker
3 eetlepels zure room
1 ei

Rasp de wortel.
Hak de paprika in dunne reepjes.

Schil de courgettes en snijd ze in blokjes van 1 cm.
Blancheer de tomaten, pel ze en snijd ze ook in dobbelsteentjes.
Hak de ui fijn.
Verhit de olie en bak de ui tot ze glazig is.
Voeg de geraspte wortel toe en laat 4 minuten sudderen.
Voeg de paprika toe en laat hem 5 minuten pruttelen.
Voeg de courgettes toe, doe een deksel op de pan en laat op een zeer laag vuur 10 minuten sudderen.
Voeg tenslotte de tomaat toe, doe het deksel op de pan en laat nog 5 minuten sudderen.
Breng de inhoud van de braadpan over in een soeppan en bedek met 1 1/2 liter kippenbouillon.
Breng de soep aan de kook en voeg de rijst toe.
Laat het geheel zonder deksel 30 minuten sudderen.
Voeg het citroensap, het zout, de peper, de lavas en, indien gewenst, de suiker toe.
Laat nog 5 minuten pruttelen.
Vermeng de eierdooier met de zure room in een soepterrine.
Giet langzaam 2 eetlepels hete soep op het mengsel en roer goed door elkaar.
Doe dit nogmaals.
Giet vervolgens de rest van de soep langzaam in de terrine.
Dien de soep warm, maar niet te heet, op.

Courgettesoep met kaasbroodjes

1 sjalotje
2 courgettes
1 dl olijfolie extra virgine
3 kruidenbouillontabletten
3 eetlepels fijngehakte peterselie
4 eetlepels basilicum
1 teentje knoflook
1 klein wit stokbrood
3 tomaten
1 bolletje mozzarella
3 eieren
100 gr geraspte Parmezaanse kaas
versgemalen zwarte peper

Pel en snipper het sjalotje.
Was de courgettes en snijd ze in stukjes.
Verhit 2 eetlepels olie en fruit het sjalotje en de courgette hierin glazig.
Voeg 1 1/2 liter water en de bouillontabletten toe en laat de soep ± 10 minuten zachtjes koken.
Voeg de peterselie en 3 eetlepels basilicum toe en pureer de soep.
Laat de soep afkoelen.
Verwarm de grill voor op de hoogste stand.
Pers de knoflook boven de rest van de olie uit.
Snijd het stokbrood schuin in plakken, bestrijk die met de knoflookolie en rooster ze onder de grill in ± 3 minuten goudbruin.
Laat de broodjes afkoelen.
Ontvel de tomaten, snijd ze in vieren, verwijder de pitjes en snijd het vruchtvlees in blokjes.
Snijd de mozzarella in blokjes.
Klop de eieren los met de kaas.
Verwarm de grill op de hoogste stand.
Verwarm al roerend de soep.
Verdeel de mozzarella en de tomaat over de stokbroodjes en maal er peper boven.
Schuif de broodjes ± 10 cm onder de hete grill en laat de kaas maar net smelten.
Leg de broodjes op een schaal en strooi er de rest van de basilicum over.
Voeg enkele lepels hete soep aan het eiermengsel toe en voeg dit al roerend aan de soep toe.
Blijf roeren tot de soep gebonden is, maar laat de soep niet meer koken. Zet de soep op een rechaud en zet de schaal met broodjes ernaast.

Knoflook-courgettesoep
(2 personen)

3 teentjes knoflook
1 kleine courgette
1 kleine ui
25 gr boter
1 eetlepel bloem
3 dl melk
3 eetlepels gevogeltefond of 1/2 kippenbouillontablet
zout, peper
1/2 eetlepel fijngehakte koriander

Pel de teentjes knoflook.

Was de courgette en snijd hem in kleine stukjes.

Pel en snipper de ui.

Smelt de boter in een diepe pan en bak hierin de ui en de courgette op matig vuur 4 minuten.

Pers de teentjes knoflook erboven uit, roer de bloem erdoor en bak dit even mee.

Voeg de melk en de gevogeltefond of het bouillontablet toe, breng de soep al roerend tegen de kook aan en laat haar 15 minuten zachtjes koken.

Pureer de soep in een foodprocessor of met een staafmixer.

Voeg zout en peper naar smaak toe en strooi er de koriander over.

Courgettesoep met gerookte kip

1 kleine courgette
2 vleestomaten
2 grote uien
200 gr gerookte kipfilet
1 teentje knoflook
4 eetlepels olijfolie
1/2 theelepels Italiaanse keukenkruiden
2 kippenbouillontabletten
1 dl Room culinair
zout, peper

Snijd de courgette, de tomaten, de uien en de gerookte kipfilet in stukjes en hak het teentje knoflook fijn.

Verhit de olie in een grote soeppan en bak hierin de uien met de knoflook op laag vuur in ± 5 minuten glazig.

Voeg de courgette en de tomaten toe en bak deze 3 minuten mee.

Voeg 1 liter water met de bouillonblokjes toe.

Breng de soep aan de kook en laat haar 10 minuten zachtjes pruttelen.

Schep ± 3/4 van de groenten met wat vocht uit de pan en pureer ze met een staafmixer of in een foodprocessor.

Schenk de gepureerde soep door een zeef terug in de pan bij de rest van de soep en voeg de room toe.

Voeg de stukjes kip toe en laat de soep nog een paar minuten koken.

Breng de soep op smaak met peper en zout.

Serveer er warm uienbrood bij.

Courgette-preisoep met croûtons
(2 personen)

1 dunne prei
1 kleine courgette
3 eetlepels olijfolie
1/4 liter melk
1 kruidenbouillontablet
1 theelepels tijm
1 sneetje witbrood
zout, peper

Maak de prei schoon; snijd een stukje prei van ± 3 cm in flinterdunne ringetjes en houd deze achter voor de garnering.

Snijd de rest van de prei in ringen.

Snijd de courgette in blokjes.

Verhit 2 eetlepels olie in een pan en fruit de prei en de courgette zachtjes glazig.

Voeg de melk en 2 dl water toe met het kruidenbouillontablet en de tijm.

Kook de groenten in ± 10 minuten zachtjes gaar.

Snijd het sneetje brood in kleine blokjes.

Verhit de rest van de olie in een kleine koekenpan en bak de blokjes brood al omscheppend goudbruin.

Pureer het groenten-melkmengsel met een staafmixer of in een keukenmachine tot een gladde, lichtgebonden soep en breng de soep op smaak met zout en peper.

Schep de soep in 2 borden en strooi er de preiringetjes en de croûtons in.

Courgette-aardappelsoep (6 personen)

3 aardappelen (± 500 gr)

1 courgette (± 300 gr)

2 vleesbouillontabletten

4 takjes peterselie

10 sprietjes bieslook

1 pakje verse roomkaas met tuinkruiden á 150 gr

zout, peper

Schil de aardappelen, was ze en snijd ze in kleine blokjes.

Was de courgette en snijd hem in blokjes.

Doe de aardappel- en courgetteblokjes, 1 liter water en de bouillontabletten in een pan, breng het aan de kook en kook de soep met een deksel op de pan in ± 15 minuten zachtjes gaar.

Neem de pan van het vuur en pureer de blokjes met een staafmixer tot een mooie gladde soep.

Laat afkoelen en zet de pan tot het gebruik afgedekt in de koelkast.

Knip de bieslook en peterselie boven een kopje fijn.

Verwarm de courgette-aardappelsoep in ± 10 minuten zachtjes.

Voeg de verse roomkaas met kruiden toe en laat die al roerend zachtjes smelten.

Breng op smaak met zout en peper.

Schep de soep in 4 diepe borden en strooi er het kruidenmengsel over.

Serveer er soepstengels bij.

Gerookte paling- courgettesoep

100 gr gerookte palingfilet

1 ui

2 kleine courgettes

2 eetlepels slaolie

1 eetlepel azijn

1/2 dl slagroom

zout, peper

3/4 liter visbouillon (van tablet)

1 eetlepel fijngeknipte bieslook

Hak de ui fijn en snijd de courgettes klein.

Verhit de olie in een grote soeppan en bak de fijngehakte ui op laag vuur in ± 3 minuten glazig.

Voeg de courgette en de bouillon toe en breng het vocht op hoog vuur aan de kook.

Zet dan het vuur laag en laat de soep 10 minuten koken.

Pureer de soep in een foodprocessor, in een mengbeker of met een roerzeef of staafmixer.

Breng de soep aan de kook en laat haar zachtjes pruttelen.

Voeg de azijn toe en breng de soep op smaak met een snuffje zout en peper. Snijd de paling in kleine stukjes, leg die op 4 soepborden en giet de room erbij.

Schep de soep erop en strooi de bieslook erover.

Serveer er soepstengels bij.

Auberginesoep met rode peper (2 personen)

1 kleine aubergine
1 kleine ui
1/2 rode peper
3 eetlepels olijfolie
3 eetlepels bloem
1 kippenbouillontablet
4 eetlepels crème fraîche
zout, peper
1 eetlepel fijngehakte koriander of peterselie

Schil de aubergine en snijd hem in blokjes.

Pel en snipper de ui.

Hak de rode peper fijn.

Verhit de olie in een soeppannetje en bak hierin de aubergine met de ui en de rode peper al roerend 5 minuten op matig hoog vuur.

Roer er de bloem door en vervolgens beetje bij beetje 4 dl koud water met het bouillontablet.

Breng de soep aan de kook en laat haar 10 minuten zachtjes koken.

Pureer de soep met een staafmixer of met foodprocessor.

Voeg de crème fraîche, zout en peper toe.

Schep de soep in 2 koppen en strooi er de koriander of peterselie over.

Rode pepersoep

200 gr gesneden snijbonen

2 sjalotjes

1 rode peper

100 gr taugé

2 eetlepels (zonnebloem)olie

1 blikje tomatenpuree (70 gr)

1 pot witte bonen (370 ml)

1 blik Stevige Indische kip-kerriesoep (800 ml, Unox)

Kook de snijbonen in weinig water in ± 8 minuten gaar.

Pel de sjalotten en snipper ze fijn.

Was de peper, halveer hem, verwijder de zaadjes en snijd het vruchtvlees fijn.

Was de taugé en laat uitlekken.

Verhit de olie in een soeppan en fruit de sjalot met de tomatenpuree ± 3 minuten.

Laat de witte bonen uitlekken en voeg ze met de peper toe.

Voeg ook de kip-kerriesoep en de snijbonen toe en breng het geheel aan de kook.

Verdeel de taugé over 4 kommen en schep de soep erop.

Serveeridee:

Verwarm de oven voor op 200°C (hetelucht 180°C).

Bekleed een bakplaat met bakpapier.

Spreid tortillachips over het bakpapier uit en bestrooi ze met geraspte belegen kaas.

Laat de kaas ± 3 minuten smelten.

Geef deze tortillachips bij de soep.

Bleekselderijsoep (Zuppa di sedani)

1/2 struik bleekselderij

1 aardappel

25 gr boter

1/2 liter vleesbouillon

1/4 rode paprika

koffieroom

peper, zout

Maak de bleekselderij schoon en snijd de stengels in dunne plakjes.

Schil de aardappel en snijd hem in blokjes.

Verhit de boter in een pan en fruit de bleekselderij en aardappel even aan.

Voeg de bouillon toe en kook de soep in ± 20 minuten zachtjes gaar.

Snijd de paprika in flinterdunne stukjes.

Pureer de soep in een keukenmachine of met een staafmixer en maak hem op

smaak met een scheutje koffieroom, zout en peper.
Roer de paprikastukjes door de soep.
Serveer de soep met knapperballetjes.

Bleekselderijsoep met Stilton

1 liter kippenbouillon
1 ui
1 struik bleekselderij
200 gr Stilton
25 gr boter
25 gr bloem
2 eetlepels slagroom
cayennepeper, zout

Fruit de gesnipperde ui in de boter.

Snijd de bleekselderij fijn.

Verkruimel de Stilton.

Roer de bloem door de ui en de boter, maak een roux en voeg de bouillon toe.

Doe de bleekselderij erbij en laat die gaar worden.

Voeg de Stilton toe en laat de kaas smelten.

Doe er naar smaak peper en zout bij (pas op met zout, de Stilton is al vrij zout) en roer er, van het vuur af, de slagroom door.

Garneer met een toefje peterselie of wat fijngeknipt selderijblad.

Knolselderijsoep

1 kleine selderijknol
1 ui
25 gr boter
8 dl krachtige runderbouillon (van tabletten)
1 theelepel tijm
25 gr bloem
zout, peper
1 eetlepel fijngehakte peterselie

Snijd de knolselderij in plakken, schil en was die en snijd ze in blokjes.

Pel en snipper de ui.

Smelt de helft van de boter in een pan en fruit de ui en de knolselderij in ± 5 minuten zachtjes glazig.

Voeg de bouillon en de tijm toe en kook de selderij in ± 20 minuten zachtjes gaar.

Pureer de soep met een staafmixer.

Smelt de rest van de boter in een andere pan en roer de bloem erdoor.

Voeg al roerend de selderijsoep toe en blijf roeren tot de soep glad gebonden is.

Breng de soep op smaak met zout en peper en strooi de peterselie erin.

Knolselderijsoep II

(2 personen)

200 gr in kleine stukjes gesneden selderijknol
5 dl (groente)bouillon
15 gr boter
15 gr bloem
150 gr aangemaakt gehakt
zout, peper, soeparoma

Zet de knolselderij met de bouillon op, laat het geheel ± 15 minuten zachtjes koken en zeef de bouillon.

Smelt de boter, voeg de bloem droog toe en, onder goed roeren, de knolselderijbouillon.

Draai van het gehakt kleine balletjes en voeg die met de selderijstukjes aan de soep toe.

Maak de soep op smaak af met zout, peper en soeparoma.

Knolselderijsoep met tapenade-croûtons

400 gr knolselderij in blokjes

200 gr aardappels in blokjes
5 dl kippenbouillon (van tablet)
1 theelepel tijmblaadjes
1 dl slagroom
40 gr geraspte Parmezaanse kaas
zout, peper
2 eetlepels fijngesneden selderijgroen

Kook de knolselderij en de aardappels in de bouillon met de tijmblaadjes in ± 30 minuten gaar. Pureer en zeef de groenten met het vocht. Roer er de slagroom door (voeg, als de soep te dik is, nog wat bouillon toe) en breng de soep weer aan de kook. Roer de kaas, zout en peper erdoor en bestrooi de soep met selderijgroen. Serveer met geroosterd stokbrood, besmeerd met tapenade.

Tapenade

Pureer 100 gr ontpitte zwarte olijven, 4 ansjovisfilets, 1 eetlepel kappertjes, 1/2 teentje knoflook, 1/2 theelepel mosterd en 1 eetlepel basilicum. Voeg 1-2 eetlepels olijfolie en zwarte peper toe.

Knolselderijsoep III

1 kleine knolselderij
1 citroen
2 kippenbouillontabletten
zout, peper
1 takje peterselie

Schil de knolselderij dik, was hem en rasp hem. Halveer de citroen in de lengte, pets 1 helft uit en snijd de andere helft in partjes. Breng in een pan 1 liter water met de bouillontabletten aan de kook en voeg de knolselderij toe. Laat ± 15 minuten koken en breng op smaak met citroensap, zout en peper. Warm de soep in ± 5 minuten op zacht vuur goed door. Schep haar in 4 soepborden, knip er peterselie boven fijn en geef er de partjes citroen bij.

Knolselderijsoep IV

½ selderijknol (200 gr)
1 1/2 eetlepel citroensap
1 winterwortel
1 dunne prei
3 eetlepels boter
peper
1 theelepel karwijzaad
2 bouillontabletten
worcestershiresaus

Snijdt de selderijknol in plakken, schil die dik, was ze en snijd ze in dunne staafjes. Besprenkel ze met citroensap. Schrap de winterwortel, was hem en snijd hem in dunne staafjes. Verwijder het lelijke blad en de worteltjes van de prei en snijd hem in de lengte in dunne reepjes. Was die in een vergiet en laat ze uitlekken. Laat de boter in een grote pan smelten. Voeg de knolselderij, wortel, prei, peper en karwijzaad toe en laat ± 5 minuten bakken. Voeg 1 liter water en de bouillontabletten toe en laat de soep ± 20 minuten zachtjes koken. Laat de soep in ± 5 minuten heet worden en breng haar op smaak met enkele druppels worcestershiresaus.

**Knolselderijsoep met groene kruiden
(2 personen)**

**200 gr knolselderij
1 eetlepel snelkookrijst
1 kruidenbouillontablet
1 mespunt kaneel
1/4 rode paprika
1 eetlepel fijngehakte peterselie
1 eetlepel fijngehakte bieslook
zout, peper**

**Maak de knolselderij schoon en rasp hem boven een pan fijn.
Voeg de rijst, het bouillontablet, 4 dl water en een mespunt kaneel toe en kook de knolselderij in ± 7 minuten zachtjes gaar.
Snijd intussen de paprika in kleine stukjes.
Pureer de knolselderij met het vocht in een keukenmachine of met een staafmixer tot een gladde gebonden soep.
Warm de paprika ± 1 minuut mee, roer de kruiden erdoor en breng op smaak met zout en peper.**

**Romige knolselderijsoep
1/2 knolselderij (± 300 gr)
1 sjalotje
1 kruimige aardappel (± 150 gr)
25 gr boter
1 1/2 groentebouillontablet
3 takjes selderij
3 eetlepels slankroom (bekertje á 2 dl, Melkunie)
zout**

**Schil de knolselderij, snijd hem in blokjes en spoel die in vergiet onder koud stromend water af.
Pel de sjalot en snipper hem fijn.
Schil de aardappel, was hem en snijd hem in blokjes.
Verhit de boter in een pan en fruit de sjalot in ± 1 minuut zachtjes glazig.
Schep de knolselderij erdoor en bak die ± 5 minuten zachtjes mee.
Voeg de aardappelblokjes en 1 liter water toe en breng het aan de kook.
Verkruimel de bouillontabletten erboven en laat de soep ± 25 minuten zachtjes koken.
Pureer de soep van het vuur af met een staafmixer of wrijf haar boven een andere pan door een zeef.
Laat de soep afkoelen en zet haar tot het gebruik afgedekt in de koelkast.
Verwarm de soep opnieuw.
Knip de selderij boven een kommetje heel fijn.
Roer de slankroom door de soep en breng haar met zout op smaak.
Verdeel de soep over 4 diepe borden en garneer met fijngeknipte selderij.
Serveer er pane con noci (Italiaans notenbrood) bij.**

**Romige knolselderijsoep II
500 gr knolselderij in dobbelsteentjes
1 kleine ui in dobbelsteentjes
2 eetlepels fijngehakte prei
1 theelepel fijngehakte knoflook
3 eetlepels boter
1/2 theelepel mosterdpoeder
1/8 theelepel suiker
4 1/2 dl kippe- of kalfsbouillon
1 1/2 dl melk
1 1/2 dl verse room
zout, witte peper, selderijzout
citroensap**

**Fruit de knolselderij, ui, prei en knoflook 5 minuten in de boter.
Strooi de mosterd en de suiker erover en fruit nog 5 minuten zachtjes al roerend.**

Voeg de bouillon toe, sluit de pan, breng de soep aan de kook en laat haar sudderen tot de knolselderij zacht is.

Pureer de soep in een foodprocessor of met een staafmixer, voeg de melk en de room toe en laat de soep heet worden, zonder haar aan de kook te laten komen.

**Breng op smaak met zout, versgemalen witte peper, selderijzout en citroensap.
Serveer de soep gegarneerd met dunne reepjes knolselderij en licht bestrooid met paprikapoeder en fijngehakte peterselie.**

U kunt deze soep ook koud opdienen. Laat de soep in de koelkast afkoelen, controleer de smaak en serveer in gekoelde kommen, gegarneerd met zeer fijne reepjes citroenschil.

Knolselderijconsommé (6 personen)

**1 1/2 liter goede consommé naar keuze
citraensap
water
1 kg knolselderij
peterselie**

**Snijd de selderijknol in plakken van 1/2 cm, schil deze en was ze.
Snijd 3 plakken in luciferdunne reepjes en zet de reepjes apart in koud water, aangezuurd met wat citroensap.
Snijd de rest van de plakken in repen, breng die met de consommé aan de kook en laat ze een uur koken.
Giet de consommé af en laat haar weer aan de kook komen.
Giet de apart gehouden knolselderijreepjes af, voeg ze aan de consommé toe en kook ze tot ze net beetbaar zijn.
Serveer de soep gegarneerd met fijngehakte peterselie.**

Knolselderij en aardappelsoep (4-6 personen)

**150-175 gr knolselderij in dobbelsteentjes
150-175 gr aardappel in dobbelsteentjes
6-8 eetlepels fijngehakte ui
4 eetlepels fijngehakte bleekselderij
2 eetlepels fijngehakte prei
2 eetlepels fijngehakte peterselie
2 eetlepels boter
8 1/2 dl kippe- of kalfsbouillon
1/4 theelepel zwarte peper
2 laurierbladen
2 losgeklopte eidooiers
3 dl volle melk
1 1/2 dl slagroom
zout
kappertjes, afgegoten en fijngehakt**

**Fruit de groenten goed roerend 5 minuten in de boter.
Voeg de bouillon, peper en laurierbladen toe, sluit de pan, breng de soep aan de kook en laat haar sudderen tot de groenten zacht zijn.
Verwijder de laurierbladen, pureer het groentemengsel in een foodprocessor en verhit de soep weer.
Klop de eidooiers door de melk, klop er 1 1/2 dl van de hete soep door en giet deze massa bij de rest van de soep.
Laat de soep koud worden, voeg de slagroom toe en koel de soep dan in de koelkast.
Breng de soep op smaak met wat zout en serveer haar, versierd met de**

kappertjes.

U kunt de soep ook heet opdienen. Laat dan de slagroom weg en vervang die door 1 1/2 dl volle melk. Garneer met fijngehakt selderijgroen.

Knolselderij- maaltijdsoep

**1 kleine selderijknol
1 1/2 eetlepel citroensap
1 kleine witte kool
2 winterwortels
1 kleine rettich
4 eetlepels boter
2 eetlepels ketjap
1/2 eetlepel mosterd
zout, peper
3 bouillontabletten
4 takjes bladselderij
4 sneetjes witbrood
50 gr geraspte kaas
1/2 literpotje witte bonen**

Snijd de selderijknol in plakken, schil ze dik, was ze en snijd ze in blokjes.

Besprenkel ze met citroensap.

Verwijder de buitenste bladeren Van de kool en snijd de kool in 4 stukken.

Verwijder de stronk en snijd die in reepjes.

Schrap de wortels, was ze en snijd ze in plakjes.

Schil de rettich en snijd hem in stukjes.

Smelt de boter in een grote pan, voeg de knolselderij, witte kool, wortel en rettich toe en bak ze, onder af en toe omscheppen, ± 5 minuten.

Roer er de ketjap, mosterd, zout en peper door, voeg de Bouillontabletten en 1 1/2 liter water toe en laat de soep nog ± 15 minuten zachtjes koken.

Knip de bladselderij in een kopje fijn.

Verwarm de grill voor op de hoogste stand.

Ontkorst de sneetjes brood en bestrooi ze met kaas.

Grilleer ze op het rooster vlak onder de grill in ± 5 minuten lichtbruin en snijd ze in blokjes.

Voeg intussen de witte bonen aan de soep toe en laat de soep door en door heet worden.

Roer de selderij erdoor en strooi er de broodblokjes over.

Lekker met roggebrood.

Poolse knolselderijsoep

**15 gr gedroogd eekhoorntjesbrood
1/4 liter zeer heet water
100 gr schoongemaakte en fijngehakte knolselderij
100 gr fijngehakte ui
60 gr boter
1 1/2 dl zure room
1 1/2 dl verse room
1 eetlepel bloem
dillegroen of peterselie
zout, peper**

Giet het zeer hete water over het eekhoorntjesbrood en laat het 20-30 minuten weken. Zweet intussen in een gesloten pan de knolselderij en de ui in de boter uit tot de groenten zacht worden.

Voeg het eekhoorntjesbrood en het weekvocht toe en laat het in de gesloten pan sudderen tot de groenten gaar zijn.

Pureer de groenten in een foodprocessor of draai ze door een moulin-légume en doe de puree terug in de pan.

Meng de zure room en de verse room met de bloem tot een glad papje en roer dit door de soep, terwijl ze warm wordt.

Laat de soep 5 minuten pruttelen, tot de bloemsmaak verdwijnt.

Als de soep naar uw smaak te dik is (wat kan gebeuren als de groenten in een foodprocessor worden gepureerd), verdun haar dan met wat water. Breng de soep op smaak met fijngehakt dillegroen of peterselie, zout en peper.

Geef croûtons bij.

Pastinakensoep

4 pastinaken

2 preien

6 dl kippenbouillon

3 1/2 dl lichte room

3 eetlepels witte wijn

een snufje piment

peper, zout

waterkers

Stoom de schoongemaakte en in stukjes gesneden pastinaken en preien 20 minuten en pureer ze.

Giet er de bouillon, de room en de wijn bij en voeg de piment, zout en peper toe.

Breng de soep aan de kook en roer er een handvol gehakte waterkers door.

Garneer met croûtons.

Pastinaken-currysoep

1 volle eetlepel korianderzaadjes

1 afgestreken theelepel komijnzaadjes

1 gedroogde rode peper

1 theelepel gemalen geelwortel (kurkuma)

1/4 theelepel gemalen fenegriek

1 middelgrote fijngehakte ui

1 grote teen knoflook, in de lengte in tweeën gesneden

1 grote pastinaak, geschild en in stukken gesneden

2 volle eetlepels boter

1 eetlepel bloem

1 liter runderbouillon

1/8 liter room

gehakte bieslook of peterselie

Maal de korianderzaadjes, komijnzaadjes, rode peper, kurkuma en fenegriek in een elektrische koffiemolen of stamp ze fijn in een vijzel. Zorg, dat ze goed zijn gemengd.

Voor dit recept is niet alles van dit mengsel nodig, de rest kunt u in een goed afgesloten potje bewaren en gebruiken bij linzen of spinazie.

Smoor de ui, knoflook en pastinaak 10 minuten zachtjes in een gesloten pan in de boter.

Roer er de bloem en 1 eetlepel van het kruidenmengsel door en laat het geheel onder af en toe roeren nog 2 minuten bakken.

Voeg geleidelijk de bouillon toe en laat de soep pruttelen tot de pastinaak helemaal gaar is.

Pureer de soep in een foodprocessor of met een staafmixer en verdun haar eventueel met water.

Controleer de smaak.

Breng de soep weer tegen de kook aan en voeg de room toe. De soep mag nu niet meer koken.

Serveer de soep, bestrooid met bieslook of peterselie.

U kunt er in boter gebakken dobbelsteentjes brood bij geven.

Mosterdsoep I

50 gr boter

60 gr bloem

1/8 liter room

1 liter bouillon

2 eetlepels Groningse mosterd

Laat de boter smelten, maar niet kleuren.

**Voeg de bloem toe en roer met een houten lepel.
Zet de roux op een zacht vuur en laat hem 10 minuten garen.
Verwarm de bouillon, giet die bij de roux en roer het geheel glad.
Laat onder voortdurend roeren 10 minuten koken.
Haal de soep door een zeef en voeg de mosterd toe.
Voeg vlak voor het serveren de room toe; laat de soep nu niet meer koken.
Voor de smaak kunt u er gebakken spekjes en prei aan toevoegen.**

Mosterdsoep II (± 1 liter)

**1 grote ui
2 vleesbouillontabletten
40 gr boter
40 gr bloem (6 eetlepels)
3 volle eetlepels mosterd
6 eetlepels (of kuipjes) koffiemelk
4 theelepels kappertjes
azijn en peper naar smaak**

**Snijd de ui heel fijn en fruit deze in de boter.
Roer er de bloem door en laat die garen.
Voeg al roerend een liter water en de verkruimelde bouillonblokjes toe.
Klop goed tot de klontjes weg zijn.
Roer nu apart de mosterd los met de koffiemelk en voeg dit aan de soep toe.
Roer er de kappertjes door.
Voeg naar smaak azijn en peper toe en warm alles goed door.**

Variaties:

- Voeg naar smaak fijngesneden (zoet-)zure augurk, eventueel in plaats van de kappertjes.**
- Gebruik in plaats van de vleesbouillonblokjes visbouillonblokjes. U kunt dan natuurlijk ook een stukje fijngesneden vis (koolvis, kabeljauw, schelvis) toevoegen; laat dat gaar worden door het 4 minuten nèt niet te laten koken. Ook kunt u er in dit geval wat garnalen aan toevoegen.**
- Vegetariërs kunnen de vleesbouillonblokjes vervangen door kruidenbouillonblokjes.**
- Tenslotte kunt u er op het laatst wat fijngesneden prei aan toevoegen. Laat die niet meekoken.**

Mosterdsoep III

**Smelt ± 35 gr boter en fruit hierin 1 ui.
Maak een roux door hieraan ± 6 eetlepels bloem toe te voegen.
Voeg naar smaak een paar eetlepels mosterd toe, voeg daarna 1 liter bouillon en wat van de room toe en roer tot er geen klonten van de roux meer in de soep zitten.**

Mosterdsoep IV (4-5 personen)

**30 gr boter
40 gr bloem
1 liter kippenbouillon
1 dl half stijfgeklopte slagroom
2 eierdooiers
4 eetlepels grove (Zaanse) mosterd**

**Smelt de boter in een ruime pan, roer de bloem erdoor en laat het mengsel op een laag pitje ± 5 minuten pruttelen; roer af en toe.
Giet er al roerend met een garde met kleine scheutjes tegelijk de bouillon bij en blijf roeren tot het mengsel glad is alvorens de volgende hoeveelheid bouillon in de pan te gieten.
Laat de soep nog 1-2 minuten zachtjes koken (of draai het vuur uit en warm**

de soep vlak voor het opdienen weer op).

Meng intussen de room met de eierdooiers.

Roer vlak voor het opdienen eerst de mosterd door de soep en daarna het room-dooiermengsel.

Deze soep heeft geen versiering nodig, maar voor de kleur kunt u een plukje kervel toevoegen.

Mosterdsoep V

2 eetlepels boter

2 eetlepels bloem

6 dl kippenbouillon

3 dl melk

zout, witte peper

1 1/2 eetlepel uiensap

2 losgeklopte eidooiers

3 eetlepels mosterd (bijvoorbeeld Doesburgse)

3 eetlepels room

stijfgeslagen slagroom

fijngehakte peterselie

Smelt de boter tot ze begint te borrelen en strooi de bloem erover.

Laat de roux al roerend ± 3 minuten uitzweten.

Voeg geleidelijk de bouillon en de melk toe en laat de soep steeds roerend zachtjes koken tot ze glad en licht gebonden is.

Maak de soep op smaak met wat zout, witte peper uit de molen en het uiensap.

Vermeng de eidooiers, mosterd en room, roer er een kopje van de hete soep goed door en roer dit mengsel door de rest van de soep.

Laat de soep heet worden maar niet koken.

Controleer de smaak.

Serveer de soep, versierd met toefjes slagroom en fijngehakte peterselie.

Variatie:

Voeg 1 1/4 dl dubbele room toe. Koel de soep en serveer haar in gekoelde soepkommetjes.

Mosterdsoep VI

70 gr roomboter

50 gr gehakte lente-ui

40 gr bloem

1/4 liter room

2-3 eetlepels Franse mosterd

3/4 liter volle melk

zout, peper

100 gr ontbijtspek

2 eetlepels pijnboompitten

Smelt de boter, fruit er de lente-ui in, roer er de bloem door en laat alles zachtjes garen.

Roer de room glad met de mosterd en roer dit door de roux.

Roer er de melk door en breng op smaak met zout en peper.

Bak het ontbijtspek uit en rooster de pijnboompitten goudbruin.

Voeg die op het laatste moment aan de soep toe.

Mosterdsoep VII

Laat 2 eetlepels mosterdzaad in een bakje met 2 dl kokend heet water 2 uur weken.

Snijd een winterwortel en een prei in reepjes.

Halveer een ui en snijd hem in smalle partjes.

Fruit de ui in de soeppan.

Voeg de groenten, het mosterdzaad met het weekvocht, 1 pot kippenbouillon en 2 potten water toe, breng het geheel aan de kook en laat de soep afgedekt 15 minuten zacht koken.

Snijd het kippevlees fijn en roer het bij de soep.

Knip verse peterselie fijn.

Roer een klein potje crème fraîche met wat soep los en roer dit bij de soep.

Breng de soep met zout, peper en de peterselie op smaak.

Roer er eventueel nog wat Zaanse mosterd bij of serveer er voor de liefhebbers apart mosterd bij.

Mosterdsoep VIII

1 ui

20 gr boter

1 eetlepel bloem

4 eetlepels grove Zaanse mosterd

3/4 liter vleesbouillon

75 gr kleine schelpjesmacaroni

zout, versgemalen peper

1 eetlepel fijngeknipte bieslook

Pel en snipper de ui.

Verhit de boter in een pan en bak de ui ± 4 minuten.

Roer de bloem erdoor en laat het mengsel al roerend ± 1 minuut pruttelen.

Roer de mosterd erdoor en schenk er al roerend de vleesbouillon bij.

Breng de soep aan de kook, voeg de macaroni toe en laat die beetgaar worden.

Breng de soep op smaak met zout en peper en roer er de bieslook door.

mosterdsoep IX

1 liter kippenbouillon

100 gr patentbloem

50 gr boter

4-5 dl crème fraîche

mosterdzaadjes

3-4 eetlepels Franse mosterd

1-2 eetlepels grove mosterd

peper en zout naar smaak

Smelt de boter in een ruime pan op laag vuur, maar laat hem niet kleuren.

Voeg de bloem toe en roer het tot een deegje.

Voeg dan de bouillon toe en laat die goed doorkoken tot hij begint te binden.

Voeg hierna de crème fraîche toe en laat de soep tot de gewenste dikte inkoken.

Voeg tenslotte de beide mosterdsoorten toe.

Garneer de soep met mosterdzaadjes en wat fijngesneden lenteuitjes of bieslook.

Mosterdsoep met tuinkers

25 gr boter

25 gr bloem

2 groentebouillontabletten

1 ei

2 eetlepels Franse mosterd

1/8 liter slagroom

1-2 eetlepels gembernat

zout, peper

1 bakje tuinkers

Smelt de boter, roer er de bloem door en voeg al roerend scheutje voor scheutje 3/4 liter water toe.

Verkruimel er de bouillontabletten boven.

Blijf roeren tot u een lichtgebonden soep heeft.

Splits het ei (het eiwit wordt niet gebruikt) en roer in een kom de dooier met de mosterd los.

Roer er de slagroom en het gembernat door en voeg het roommengsel al roerend aan de soep toe.

Blijf roeren, maar laat de soep niet meer koken.

Breng haar op smaak met zout en peper.

Schep de soep op borden of in kommen en knip er de tuinkers boven.

Mosterdsoep met waterkers
3/4 liter kippenbouillon
2 bosjes waterkers
4 eetlepels grove mosterd
2 eetlepels fijne mosterd
1 bekertje slagroom (1/8 liter)
peper, zout

Breng de bouillon aan de kook.
Was en droog de waterkers en hak hem fijn.
Roer de mosterd met de slagroom los.
Voeg er een deel van de hete bouillon bij, roer goed, schenk het mengsel bij de bouillon en breng op smaak met peper en zout.
Breng de soep al roerend tegen de kook aan en voeg op het laatst de waterkers toe.
Lekker met brood
De sSoep wordt wat zachter van smaak als u 2 eetlepels vloeibare honing toevoegt.

Romige mosterdsoep
2 kippenbouillontabletten
1/2 kleine prei
50 gr katenspek
1 eetlepel olie
1 bekertje crème fraîche
minstens 2 eetlepels Zaanse mosterd
1 kuipje volvette smeerkaas (Goudkuipje, 100 gr)
4 eetlepels allesbinder of maïzena
zout, peper

Breng in een pan 1 liter water met de bouillontabletten aan de kook.
snijd de prei in dunne ringen, was ze en laat ze uitlekken.
Snijd het katenspek in reepjes, bak die in de olie krokant en laat ze op keukenpapier uitlekken.
Klop de crème fraîche met een garde door de bouillon en roer de mosterd erdoor.
Laat de smeerkaas al roerend in de soep smelten en schep het spek erdoor.
Bind de soep met de allesbinder of maïzena en breng op smaak met zout en peper.
Voeg als laatste de prei toe en dien de soep direct op.

Doesburgse Mosterdsoep
200 gr mager gerookt spek
40 gr boter
1 ui
60 gr bloem
1/2 liter melk
1/2 liter water
3 eetlepels (Doesburgse) mosterd
1 prei
peper

Snijd het spek in kleine blokjes, snipper de ui en snijd de prei heel fijn.
Smelt de boter in een pan en voeg de spekblokjes en de gesnipperde ui toe.
Laat het geheel zachtjes uitbakken, zodat de ui niet verbrandt.
Voeg de bloem toe en roer het mengsel glad.
Laat het mengsel even garen zonder dat de bloem verkleurt.
Voeg al roerend voorzichtig het water en de melk toe en laat het doorkoken tot de soep licht gebonden is.
Voeg nu de mosterd en peper naar smaak toe.
Roer het geheel glad en kook nog heel even door.
Voeg vlak voor het serveren de prei toe.

Tip: Voeg samen met de mosterd een scheut room toe.

Fluweelzachte mosterdsoep

**2 eetlepels boter
3 preien in ringen
3 eetlepels grove mosterd
3 aardappelen in blokjes
7 1/2 dl kippenbouillon
2 dl slagroom
zout, peper
2 eetlepels fijngesneden bieslook**

Verhit de boter en bak de prei hierin ± 6 minuten.

Voeg 2 eetlepels mosterd en de aardappelen toe en bak die ± 4 minuten mee.

Schenk de bouillon erbij, breng het mengsel aan de kook en laat het op zacht vuur ± 20 minuten koken.

Pureer de Soep en zeef haar.

Breng de soep opnieuw aan de kook, voeg de slagroom toe en breng met peper en zout op smaak.

Roer de rest van de mosterd door de soep en bestrooi met bieslook.

Mosterdsoep met verse roomkaas

**4 worteltjes
4 dl kippenbouillon
50 gr peultjes
150 gr verse roomkaas met knoflook en kruiden
2 dl slagroom
1 dl melk
2 eetlepels grove mosterd
versgemalen peper
1 1/2 eetlepel fijngeknipte bieslook**

Snijd de worteltjes in plakjes.

Breng de bouillon aan de kook en blancheer de wortelplakjes samen met de peultjes 5 minuten.

Neem ze met een schuimspaan uit de bouillon en houd ze warm.

Verkruimel de kaas, voeg deze samen met de slagroom, de melk en de mosterd aan de bouillon toe en laat de kaas al roerend smelten.

Breng de soep op smaak met wat peper.

Schep de groenten erdoor en warm goed door.

Verdeel de soep over 4 borden en garneer met de bieslook.

Mosterdsoep met witbier

**2 uien
1 bosje bladselderij
2 eetlepels boter
2 eetlepels bloem
2 theelepels kerriepoeder
3/4 liter geconcentreerde bouillon
4 eetlepels grove mosterd
4 eetlepels slagroom
2 eierdooiers
3 dl witbier
2 eetlepels fijngesneden bieslook**

Snipper de uien zo fijn mogelijk.

Hak de selderij.

Smelt de boter en fruit de gesnipperde uien hierin tot ze glazig zien.

Roer er met een houten lepel de bloem en het kerriepoeder door en schenk er, onder voortdurend roeren, langzaam de bouillon en het bier bij.

Blijf roeren tot een licht gebonden en volkomen gladde soep is verkregen.

Roer de bladselderij door de soep en laat de soep 5 minuten zachtjes koken.

Breng de soep op smaak met wat zout en/of peper.

Vermeng intussen de mosterd, de slagroom en de eierdooiers in een kom en klop alles met een garde goed los.

Roer er daarna wat hete soep door en schenk het mengsel bij de soep.

Roer alles krachtig door en neem de pan van het vuur.

**Strooi vlak voor het opdienen de fijngesneden bieslook over de soep.
Geef er lekker warm en knapperig stokbrood bij.**

Crèmesoep met mosterd
3 dl witte wijn
1 liter kippenbouillon
70 gr boter
50 gr bloem
1 kg prei
2 eidooiers
1 dl room
rozemarijn, tijm
mosterd

Smelt de boter, voeg er de fijngesneden prei en de kruiden bij en laat dit lichtbruin fruiten.

Voeg dan onder goed roeren de bloem toe.

Voeg langzaam de witte wijn en de bouillon toe, zodat een gladde soep ontstaat en laat die op klein vuur 2 uur zachtjes trekken.

Passeer de soep en druk de prei iets door de zeef.

Maak een liaison van de eidooiers en de room en voeg deze, van het vuur af, bij de soep.

Voeg er dan wat mosterd bij en serveer de velouté op voorverwarmde borden.

Kerriesoep
1 ui of prei
1 appel
1 eetlepel boter of olie
3-4 theelepels kerrie
40 gr bloem
1 1/2 liter bouillon
6 eetlepels melk of room

Snipper de ui of de prei en de appel zo fijn mogelijk en fruit ze met de kerrie heel zachtjes in de boter tot de ui zacht wordt.

Stuif er de bloem over, schep goed door en laat de bloem zachtjes meefruiten. Giet er dan geleidelijk de koude bouillon bij en laat die, al roerend, boven zeer zacht vuur een beetje binden.

Laat de soep 15-20 minuten zachtjes doorkoken, voeg dan de room of melk toe en laat nog even door pruttelen.

Als u melk gebruikt, kunt u in de borden op de soep een lepel zure room of Bulgaarse yoghurt schenken.

U kunt verder aan deze soep toevoegen: een blik soepballetjes; in blokjes gesneden ham; in plakjes gesneden champignons; dobbelsteentjes lichtgebakken aardappel of blokjes gebakken brood.

**Kerriesoep met ei
(voor 4 grote borden)**

3 bouillontabletten
1 1/4 liter water
ongeveer een half kopje rijst
30 gr boter
5 afgestreken eetlepels bloem (= 35 gr)
1 1/2 theelepel kerrie
1 ui
scheutje koffieroom of melk
2 hardgekookte eieren

Maak de bouillon.

Kook de rijst hierin 15 minuten.

Snipper intussen de ui (niet te fijn) en snijd de eieren in dunne plakjes.

Bak de ui met de kerrie in de boter zachtjes tot de ui gaar is.

Voeg dan de bloem toe (het geheel gaat nu behoorlijk aan elkaar plakken, maar dat komt wel goed).
Voeg nu met een soeplepel iedere keer een schep bouillon (met rijst) toe.
Roer telkens zolang tot de bouillon is opgenomen.
Ga hiermee door tot alle bouillon is toegevoegd.
Laat de soep nog 5 minuten (onder af en toe roeren) zachtjes koken.
Voeg als laatste, met de pan van het vuur, de koffieroom en de eieren toe.

Kerriesoep met banaan
1 blikje of pakje kerriesoep
1 eetlepel boter
200 gr gekruid shoarmavlees
1 1/2 banaan
3 eetlepels sherry (medium dry)

Bereid de soep volgens de gebruiksaanwijzing.
Verhit intussen de boter in een koekepan en bak het shoarmavlees al omscheppend in ± 5 minuten bruin en gaar.
Pel de bananen en snijd ze in dunne plakjes.
Scheep de bananen door de soep en warm de plakjes 3 minuten mee.
Roer vlak voor het opdienen het shoarmavlees en de sherry door de soep.
Scheep de soep in 4 diepe borden.

Kerriesoep met broccoli
Maak 1/2 liter kerriesoep volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking.
Maak 1 stronkje broccoli schoon, verdeel dat in roosjes en kook de groente enige minuten in weinig water.
Roer de broccoli door de soep en strooi er wat geroosterde geschaafde amandelen over.

Kerrie-broccolisoep met appel en kruidenroom
1 ui
1 appel
150 gr broccoli
35 gr boter
2 theelepels kerriepoeder
35 gr bloem
7 1/2 dl kippenbouillon
1/2 dl koffieroom
2 eetlepels fijngesneden peterselie
4 eetlepels crème fraîche
versgemalen peper, zout

Snipper de ui.
Schil de appel, verwijder het klokhuis en snijd het vruchtvlees in blokjes.
Verdeel de broccoli in kleine roosjes.
Smelt de boter en fruit de ui met het kerriepoeder goudgeel en glazig.
Roer de bloem erdoor en breng het aan de kook.
Schenk er beetje bij beetje de bouillon bij en breng dit al roerend aan de kook.
Voeg de stukjes appel en de koffieroom toe en laat de soep op laag vuur ± 15 minuten koken.
Neem 4 eetlepels van de appelstukjes uit de soep en pureer de soep met een staafmixer of wrijf haar door een zeef.
Voeg de broccoliroosjes toe en kook ze in ± 7 minuten beetgaar.
Roer de peterselie door de crème fraîche en breng op smaak met zout en peper.
Verdeel de achtergehouden appelstukjes over 4 borden en scheep de soep erover.
Scheep in elk bord een flinke lepel kruidenroom.

Javaanse Kerriesoep
250 gr gaar kippevlees
1 grote ui
1 teentje knoflook

**2 eetlepels olie
1 eetlepel kerrie
1 theelepel djahé
1 theelepel laos
1/2 theelepel sambal oelek
1 liter kippenbouillon
1/2 rode paprika
1 theelepel citroensap**

Snipper de ui en de knoflook.

Fruit de ui in de olie en voeg de knoflook, het kerriepoeder, de djahé, laos en sambal toe.

Schep alles goed om en voeg vervolgens de bouillon toe.

Laat het geheel aan de kook komen.

Snijd de paprika en het kippevlees fijn en doe deze in de soep.

Laat de soep nog 2 minuten koken en voeg het citroensap toe.

**Kerriesoep met spinazie
(2 personen)**

**1 kleine ui
50 gr spinazie
1 eetlepel boter
1 /2 eetlepel kerriepoeder
1 1/2 eetlepel bloem
1 kippenbouillontablet
2 1/2 dl kokosmelk (blik)
zout, peper**

Pel en snipper de ui.

Was de spinazie en laat ze uitlekken.

Verhit de boter, fruit de ui en het kerriepoeder ± 2 minuten en roer de bloem erdoor.

Voeg scheutje voor scheutje 1 1/2 dl water toe en verkruimel het bouillontablet erboven.

Blijf roeren tot de soep gebonden is.

Voeg dan de kokosmelk en de spinazie toe en kook de soep nog ± 5 minuten zachtjes door.

Breng haar op smaak met zout en peper.

**Champignon-kerriesoep
(2 personen)**

**200 gr geraspte kokos
75 gr ui
1 eetlepel olie
2 eetlepels milde kerriepoeder
1/4 liter kippenbouillon (tablet)
100 gr champignons
125 gr voorjaarsuitjes
200 gr tahoe
1 theelepel miso (sojabonenpasta)
4 sneetjes sesamknäckebröd**

Breng de kokos in 1/2 liter water aan de kook, pureer dit met een staafmixer, knijp het per portie in een theedoek uit en van de kokosmelk op.

Snipper de uien en laat ze in de hete olie glazig worden.

Strooi de kerrie over de uien en laat ze nog 2 minuten fruiten.

Blus af met de kokosmelk en de bouillon en breng de soep op matig vuur aan de kook.

Borstel de champignons schoon en snijd ze in plakjes.

Maak de voorjaarsuitjes schoon, was ze en snijd ze schuin in ringen (houd enkele ringen apart voor de garnering).

Voeg de champignons en de voorjaarsuitjes bij de bouillon.

Snijd de tahoe in blokjes en roer die samen met de miso door de soep.

Laat het geheel nog 5 minuten koken en verdeel de soep dan over 2 borden.

Garneer met de achtergehouden voorjaarsui.

Serveer het knäckebröd bij de soep.

**Kerriesoep met broccoli en pijnboompitten
(2 personen)**

**100 gr broccoli
1 grote ui
1 eetlepel olie
1 eetlepel (madrass)kerriepoeder
1 klein teentje knoflook
1 eetlepel bloem
1/2 theelepel gembersiroop
4 dl volle melk
1 vleesbouillontablet
25 gr pijnboompitten**

**Snijd de broccoli in roosjes en kook die in ruim water in ± 5 minuten beetgaar.
Pel en snipper de ui.
Verhit de olie en fruit de ui met het kerriepoeder glazig.
Pers het teentje knoflook erboven uit en roer er de bloem en de gembersiroop door.
Voeg al roerend de melk en het bouillontablet toe en laat de soep ± 5 minuten zachtjes koken.
Spoel de broccoliroosjes onder koud water af.
Rooster de pijnboompitten in een droge koekepan goudbruin.
Pureer de soep en schep haar in 2 soepkommen.
Strooi de broccoliroosjes en de pijnboompitten erin.**

Londonderrysoep

**1 kleine ui
1/4-1/2 theelepel kerrie
1/2 Spaanse peper
20 gr boter
2 1/2 eetlepel bloem
1 eetlepel room
1/2 lepel witte wijn
1/2 liter bouillon
25 gr champignons**

**Smoor de fijngesneden ui met de kerrie en de Spaanse peper in de boter.
Voeg de droge bloem toe en roer dit door elkaar en voeg al roerend bij gedeelten de bouillon toe.
Breng de massa al roerend aan de kook en laat ze ongeveer 3 minuten doorkoken.
Verwijder de Spaanse peper.
Maak de soep op smaak met room en witte wijn.
Doe als vulsel fijngesneden champignons in de soep.**

Zweedse broodsoep

**3 eetlepels boter
1 eetlepel bloem
4 koppen rundvleesbouillon
1 1/2 kop droge roggebroodkruimels
1 eetlepel suiker
4 kleine gekookte of gebakken saucijsjes
1/4 kop dikke room**

**Smelt de boter in een grote pan en voeg al roerend de bloem toe.
Voeg onder voortdurend roeren bij scheutjes tegelijk de bouillon toe.
Voeg het roggebroodkruim en de suiker toe.
Kook op laag vuur ± 30 minuten.
Laat in de laatste 5 minuten de saucijsjes, in stukjes gehakt, in de soep warm worden.
Voeg roerend de room toe en dien direct op.**

Leberknödelsuppe

**125 gr runderlever
2 harde broodjes (Kaiserbrötchen)**

lauw water
1/2 gesnipperde ui
2 eetlepels fijngehakte peterselie
30 gr boter
1 mespuntje marjolein
1-2 eetlepels bloem
3 eetlepels paneermeel
peper
1 ei
1 liter goede runderbouillon

Snijd de broodjes in kleine stukjes, overgiet ze met lauw water en knijp ze uit.

Smoor de ui en de peterselie in de boter tot de ui glazig is.

Draai de lever door de vleesmolen.

Meng de gesmoorde ui en peterselie, het geweekte brood, de kruiden, de lever, het ei en de bloem goed door elkaar en laat het mengsel op een koele plaats opstijven.

Draai er dan balletjes van ter grootte van een golfbal en laat die in de kokende bouillon in ± 15 minuten gaar worden.

Leversoep uit de Levant
(6 personen)

4 eetlepels boter
250 gr lamslever
16 sjalotten in grote stukken
4 geschilde, ontpitte en in stukken gesneden rijpe tomaten
1 1/2 liter rundvleesbouillon
2 teentjes knoflook uit de knijper
1/2 theelepel gedroogde marjolein
1 theelepel zout
versgemalen zwarte peper.

Verhit 2 eetlepels boter in een koekepan, leg de lever erin en laat die aan iedere kant 1 1/2 minuut bakken.

Haal de lever uit de pan en snijd hem in blokjes van 1 1/2 cm.

Verhit de rest van de boter in een soeppot en bak de sjalotten 1 1/2 minuut.

Doe de tomaten, knoflook, bouillon, marjolein, zout en peper erbij.

Breng het aan de kook en voeg de lever toe.

Draai het vuur laag en laat de soep nog 40 minuten koken.

Serveer heet.

Brandnetelsoep

1 ui
1 teen knoflook
2 eetlepels olie
200 gr jonge brandnetels
1/2 liter water of groentebouillon
zout, peper
een scheutje room

Maak de ui en de knoflook schoon, snijd ze fijn en moor ze in de olie tot ze glazig zijn.

Was de brandnetels (doe daarbij handschoenen aan) en breng ze met het aanhangende water aan de kook.

Haal ze, als ze zijn geslonken, direct uit de pan, hak ze fijn en voeg ze samen met 1/2 liter water aan het gefruite ui-knoflookmengsel toe.

Breng dit alles aan de kook en laat het 10-15 minuten zachtjes koken.

Breng de soep op smaak met zout, peper en een scheutje room.

Brandnetelsoep met maïsvlokken

100 gr brandnetels
50 gr maïsvlokken
1 fijngehakte ui
3/4 liter water
1 plantaardig bouillonblokje

1 theelepel zout
*** snufje nootmuskaat**

Fruit de ui in een beetje olie, voeg de maïsvlokken en het water toe, breng het aan de kook en laat het 5 minuten zachtjes doorkoken.

Dompel de brandnetels kort in heet water, zodat de prik er afgaat en snijd ze dan zo fijn mogelijk.

Voeg ze aan de bijna gare maïsvlokken toe en laat ze enkele minuten meekoken.

Voeg dan het bouillonblokje, het zout en de nootmuskaat toe.

Haal de soep door een roerzeef of gebruik een mengbeker op de soep te pureren.

Brandnetel-zuringsoep

100 gr brandnetels (topjes of jonge planten)

50 gr zuring

2 uien

150 gr aardappels

1 takje lavas

1 liter water

Snijd de aardappels in kleine blokjes en fruit deze met de fijngesneden uien in een beetje olie.

Voeg het water toe en laat het 15 minuten zachtjes koken.

Snijd de brandnetels, de zuringblaadjes en de lavas in stukjes.

Laat de soep een beetje afkoelen en maak de groenten met een deel van het kookvocht in een blender of keukenmachine fijn.

Voeg dit aan de soep toe en laat het even meekoken.

Voeg naar smaak zout, bouillonkorrels of tamari en eventueel een snufje nootmuskaat toe.

Romige zuringsoep

3 middelgrote aardappelen

1 dun preitje

3/4 liter groentebouillon

± 1 1/2 dl melk

1 sjalotje

1 eetlepel boter

100 gr zuring

versgemalen peper

kerriepoeder

1 dl slagroom

2 eetlepels zonnebloempitjes

Kook de aardappelen en de prei in de helft van de bouillon gaar en pureer ze daarna samen.

Verdun de puree met de rest van de bouillon en zoveel melk, dat een dikromige massa ontstaat.

Maak met peper, kerrie op smaak af en houd het warm.

Snipper het sjalotje en fruit het in de boter goudgeel.

Snijd de zuring in reepjes en bak die 2 minuten omscheppend mee.

Pureer ook deze ui-zuringmassa, voeg de slagroom toe en houd het warm.

Laat de zonnebloempitjes in een droge koekepan goudbruin kleuren.

Schep in diepe borden eerst 2 soep-opscheplepels aardappelsoep en dan 1 lepel zuringpuree en 'marmer' een beetje met een vork.

Bestrooi met zonnebloempitjes en garneer met zuringblaadjes.

Serveer de soep Direct, met tast.

Zuring werd al in zeer vroege tijden als groente gegeten. De frisse, bitter-zuur smakende bladeren doen aan spinazie denken. De jonge blaadjes geven in combinatie met andere slasoorten een pittig accent aan salades (dan wel minder azijn in de dressing gebruiken). Gehakte zuring geeft groentesoepen, omeletten, lams- en rundvleesgerechten en sauzen een bijzondere smaak. Zuringsoep is een klassieker uit de Franse keuken. Wilt u zuring als groente eten, dan de gehakte blaadjes in een roestvrijstalen pan in weinig boter kort stoven. Zuring is winterharde vaste plant, die u

het beste in de volle grond kunt zetten in verband met hoogte en omvang.

Waterkerssoep I

Breng 9 dl kippenbouillon met 1 eetlepel sojasaus, 1 eetlepel fijngehakte gemberwortel en 2 eetlepels droge sherry aan de kook.

Snijdt 100 gr shii-take in plakjes en kook ze 5 minuten in de bouillon.

Schep 1 bosje schoongemaakte waterkers door de soep en serveer direct.

Waterkerssoep II

2 uien

50 gr boter

1 1/2 liter melk, bouillon of water

50 gr rijst

peper, zout, nootmuskaat

tijm, laurier

2 bosjes waterkers

100 gr tuinkers

Maak de uien schoon, was ze en snipper ze fijn.

Verhit de boter en fruit de uien hierin.

Giet de melk (bouillon of water) erbij, voeg de kruiden en de rijst toe en laat 20 minuten koken.

Maak de de water- en tuinkers schoon, was ze in water met 1 eetlepel zout, hak ze fijn, voeg ze aan de kokende soep toe en laat de soep zonder deksel nog 3 minuten koken (voor het behoud van de groene kleur).

Waterkerssoep III

Maak ± 2 bosjes waterkers schoon en haal de blaadjes van de steeltjes.

Schil 4 aardappelen, was ze en snijd ze in blokjes.

Kook alles samen in bouillon en pureer de soep als de aardappelen gaar zijn met een staafmixer.

Desgewenst kunt u er nog een scheutje olijfolie of room door gieten.

Waterkerssoep met limoen

Snijdt 1 limoen doormidden; pers 1 helft uit en snijdt de andere helft in schijfjes.

Snipper 1 kleine ui.

Verhit 2 eetlepels boter in een pan en fruit hierin de ui ± 3 minuten.

Roer er 150 gr waterkers, 1/2 liter bouillon (van tablet) en 2 dl Room Culinair door.

Laat de soep ± 5 minuten koken en pureer haar.

Breng de soep op smaak met peper, zout en limoensap en garneer met de schijfjes limoen.

Tuinkerssoep I

(8 personen)

1 grote ui

4 lente-uitjes

450 gr waterkers

100 gr boter

80 gr bloem

6 dl kippenbouillon

4 1/2 dl water

zure room, ter garnering

Hak de ui, de lente-uitjes en de tuinkers grof.

Smelt de boter en voeg de uien en de tuinkers toe.

Verwarm het geheel op laag vuur onder voortdurend omscheppen ± 3 minuten tot de groenten zacht zijn.

Voeg de bloem toe en roer het geheel.

Voeg geleidelijk de met het water aangelengde bouillon toe en blijf roeren tot een glad mengsel is ontstaan.

Verwarm dit al roerend op matig vuur ± 10 minuten tot het kookt en dik begint te worden.
Houd het ± 1 minuut aan de kook en laat het dan afkoelen.
Giet kleine porties van het mengsel in de keukenmachine en mix tot een glad mengsel is ontstaan.
Giet de soep opnieuw in de pan en warm haar langzaam op.
Serveer de soep warm met een flinke lepel zure room.

Tuinkerssoep II
500 gr tuinkers
boter
1 1/2 liter bouillon
1 klontje boter, vermengd met wat bloem
1/2 dl crème fraîche
peper, zout

Was de tuinkers en laat hem goed uitlekken.
Houd een paar takjes apart voor de garnering.
Smelt de boter en stoof de tuinkers daarin gaar.
Overgiet met de bouillon en laat nog even opkoken.
Haal de mixer erdoor tot de tuinkers heel fijn is en kruid met peper en zout.
Bind de soep met het boter-bloemmengsel en laat nog even doorkoken.
Neem de pan van het vuur en roer er de crème fraîche door.
Versier met de achtergehouden takjes tuinkers.

Bouillon met shii-take
1 liter kippenbouillon
100 gr shii-take
50 gr ossetong of gekookte ham
scheutje sherry
bieslook

Breng de bouillon aan de kook.
Maak de shii-take schoon en snijd ze in reepjes.
Snijd de ossetong of de ham in kleine blokjes en snijd de bieslook fijn.
Laat de shii-take 5 minuten zachtjes koken en voeg op het laatst de blokjes vlees en de sherry toe.
Garneer de bouillon in de soepkommen met de fijngesneden bieslook.
Tip: Zorg dat de shii-take niet langer dan 5 minuten koken. Te lang gekookte shii-take wordt taai in plaats van lekker sappig en smakelijk.

- algemene informatie

De shii-take is een oorspronkelijk uit Japan en China afkomstige paddestoel. Sinds enige tijd wordt deze bijzonder smakelijke paddestoel ook in Nederland gekweekt. Voorheen was hier slechts de gedroogde vorm verkrijgbaar. De shii-take is een heerlijke paddestoel met vast sappig vlees en een bijzonder aromatische geur.

De shii-take is rijk aan vitamine B2 en D. Bovendien biedt hij een beschermende werking tegen virusinfecties, verlaagt hij het cholesterolgehalte in het bloed en heeft hij een bloeddrukverlagende werking.

Kortom men schrijft aan de shii-take een genezende werking toe.

Shii-take is het gehele jaar door verkrijgbaar. Let er bij het kopen op dat de shii-take gaaf en fris van uiterlijk zijn. De hoed van de paddestoel is licht tot donkerbruin met meerdere kleurnuances.

In het midden is de shii-take het donkerst. Als

u de shii-take bereidt, zult u zien dat hij eerder vocht opneemt dan afstaat, dit in tegenstelling tot de champignon die veel vocht verliest bij de bereiding. U houdt dus meer paddestoel over. Maak de paddestoelen heel voorzichtig schoon

met keukenpapier. Net als bij alle paddestoelen geldt hier: niet wassen! U kunt de hele shii-take gebruiken, alleen het steeltje verwijderen en fijn hakken voor soep of saus. Laat kleine paddestoelen heel, halveer de grote exemplaren of snijd ze in reepjes.

Verse shii-take kunt u in de koelkast ongeveer 1-2 weken bewaren. De

shii-take kan zo worden ingevroren. De bewaartijd in de diepvriezer is 3-4 maanden. Ontdooi de paddestoelen in het gerecht of in de saus of smoor ze in een beetje boter of olie.

Feestelijke groentesoep

Smelt 30 gr boter, fruit hierin 1 gesnipperde ui in ± 5 minuten goudgeel en voeg 8 dl vleesbouillon (van tablet) toe.

Snijd 200 gr courgette in stukken, 300 gr aardappelen in blokjes en 100 gr prei in ringen en schep ze door elkaar.

Schep er 100 gr spinazie en 1 theelepel kerriepoeder door en laat het mengsel op laag vuur 10 minuten koken.

Pureer alles met een staafmixer of in een keukenmachine en breng de soep op smaak met peper en zout.

Voeg 100 gr diepvriesdoperwtjes toe en kook de soep nog 3 minuten.

Verdeel de soep over 4 borden.

Schep in het midden van elk bord 1 eetlepel crème fraîche en roer die met een satéstokje tot een spiraal.

Verdeel er de rasp van 1 schoongeboende citroen en limoen over en serveer direct.

Groentesoep met kalfsgehaktballetjes

1 rode paprika

50 gr peultjes

50 gr sperzieboontjes

3 worteltjes

2 bosuitjes

200 gr kalfsgehakt

1 eetlepel koffieroom

nootmuskaat, peper, zout

9 dl groentebouillon (tablet)

Snijd de paprika in ruitjes, halveer de boontjes, snijd de worteltjes in schuine plakjes en de bosuitjes in ringetjes.

Vermeng het gehakt met de koffieroom en nootmuskaat, peper en zout naar smaak en vorm er kleine balletjes van.

Verhit de boter en fruit de paprika 5 minuten.

Schenk de bouillon erbij en breng die aan de kook.

Voeg de peultjes, de sperziebonen en de worteltjes toe en breng het geheel opnieuw aan de kook.

Voeg de balletjes toe en kook de groenten in ± 5 minuten beetgaar.

Schep de bosui door soep en breng de soep op smaak met peper en zout.

Afrikaanse groentesoep met kokos (2 personen)

1 theelepel boter

1/2 fijngesneden rode ui

zout naar smaak

175 gr koolrabi in blokjes

175 gr zoete aardappel in blokjes

175 gr pompoen in blokjes

1 theelepel majoraan

1/2 theelepel gemberpoeder

1/4 theelepel kaneelpoeder

1 eetlepel fijngesneden bosuitjes

versgemalen peper naar smaak

1 liter groentebouillon

2 eetlepels amandelsnippers

1 fijngesneden rode Spaanse peper zonder zaadjes

1 theelepel suiker

25 gr geraspte santen

fijngesneden korianderblad

Smelt de boter in een ruime pan met dikke bodem en fruit de ui met zout ± 4 minuten.

Voeg de groenten toe en bak het geheel nog 3-4 minuten.

Voeg vervolgens de majoraan, de gember, de kaneel, de bosuitjes en peper toe, roer goed door en laat op laag vuur nog 10 minuten stoven.

Voeg de bouillon, de amandelsnippers, de Spaanse peper en de suiker toe, breng de soep aan de kook en laat nog 10-15 minuten zachtjes sudderen tot de groenten gaar zijn.

Voeg de geraspte santen en de verse koriander aan de soep toe, roer goed door en serveer direct.

**Zomerse maaltijdgroentsoep met balletjes
(2 personen)**

4 bospeentjes

4 snijbonen

1 dunne prei

1 kleine rode paprika

1 maïskolf

200 gr rundergehakt

1 eetlepel Mexicaanse kruidenmix

25 gr boter

3/4 liter vleesbouillon

3 eetlepels vluggort

Schrap de worteltjes en snijd ze schuin in dunne plakjes.

Snijd de snijbonen schuin in stukjes van ± 2 cm.

Snijd de prei in ringen van ± 1 cm en de paprika in reepjes.

Snijd met een groot mes de maïskorrels van de kolf.

Meng de Mexicaanse kruiden door het gehakt en rol er balletjes van.

Smelt de boter in een pan en smoor de groenten ± 5 minuten.

Voeg de bouillon, de gehaktballetjes en de vluggort toe en kook de soep in ± 10 minuten zachtjes gaar.

Breng op smaak met Mexicaanse kruiden.

Lekker met rozemarijnbrood.

Rozemarijnbrood

(2 personen)

250 gr bloem

1 1/2 theelepel zout

1 zakje gedroogde gist

1 1/2 eetlepel olijfolie

2 eetlepels fijngehakte verse rozemarijn

25 gr pijnboompitten

Vet een bakplaat in.

Meng de bloem, het zout en de gist door elkaar, roer er 1 eetlepel olie, de rozemarijn en ± 1 1/2 dl warm water door en kneed alles met een mixer met deeghaken in ± 5 minuten tot een soepel deeg.

Vorm van het deeg een rol van ± 3 cm dik, rol die op de bakplaat tot een spiraal op en laat het deeg op een warme plaats ± 1 uur rijzen.

Verwarm de oven voor op 225°C.

Bestrijk het gerezen deeg heel dun met de rest van de olie en druk er de pijnboompitten op.

Bak het brood in het midden van de oven in 15-20 minuten bruin en gaar.

Serveer het warm of koud.

Spaanse groentesoep

1 aubergine

4 tomaten

1/2 komkommer

3 eetlepels olijfolie

1 ui

1 teentje knoflook

2 theelepels paprikapoeder

2 eetlepels gedopte erwtjes

1-1/2 liter bouillon

**saffraan
kummelzaadjes
peterselie
1 mespunt chilipoeder
broodkruim
zout**

Schil de aubergine, de tomaten en de komkommer en snijd ze in stukjes.

Fruit deze groenten, bestrooid met paprikapoeder, met de gesnipperde ui en knoflook in de olijfolie.

Voeg er de erwtjes, de bouillon, een theelepel kummelzaadjes en de met wat lauw water aangemaakte saffraandraadjes bij en laat dit met elkaar gaar koken, maar vooral niet te gaar.

Voeg zout, chilipoeder, veel gehakte peterselie en enkele lepels in olijfolie gebakken broodkruim. toe.

**Caldo Verde
(Portugese groene soep)**

**2 uien in dunne ringen
1 geperst teentje knoflook
2 eetlepels olijfolie
300 gr aardappelen in stukken
1 liter groentebouillon
zout, peper
300 gr jonge groene kool in dunne reepjes
200 gr chorizo (Spaanse worst) in plakjes**

Laat de uien en knoflook in de olie ± 10 minuten zacht bakken.

Voeg de aardappelen en de bouillon toe, breng het aan de kook en laat 20-30 minuten koken tot de aardappelen zacht zijn.

Pureer de soep en breng hem weer aan de kook.

Breng met zout en peper op smaak.

Voeg de kool en de chorizo toe en laat de soep nog ± 3 minuten zacht koken.

Serveer er maïsbrood of stokbrood en zwarte olijven bij.

Gebruik in plaats van groene kool eens snijbiet, jonge boerenkool of waterkers.

**Groenteconsommé
(10 personen)**

Voor de bouillon:

**3 mergpijpen
5 tot 6 liter water
4 kruidnagels
2 uien
3 wortelen
1 tak bladselderij
2 preien
tijm, laurier
10 geplette peperkorrels
zout**

Voor het klaren:

**2 wortelen
1/2 stengel bleekselderij
2 preien
3-4 eetlepels tomatenpuree
1 teentje geplette knoflook
300 gr rundergehakt
tijm
laurier
zout
5 geplette peperkorrels**

12 tot 15 losgeklopte eiwitten

Voor het garnituur:

**2 wortelen
1/2 prei
2 stengels bleekselderij
2 tomaten
2 eetlepels gehakte peterselie**

Breng voor de bouillon de mergpijpen in 5-6 liter gezouten water aan de kook.

Ontvet en schuim regelmatig af.

Steek de kruidnagels op de uien.

Voeg de gewassen ongesneden groenten en de kruiden aan de bouillon toe en laat 1 uur zachtjes koken.

Ontvet en schuim regelmatig af.

Giet de bouillon door een zeef.

Klaren:

Was de groenten, maak ze schoon en snijd ze in dobbelsteentjes.

Vermeng ze met de tomatenpuree, de geplette knoflook, de kruiden en het gehakt en voeg er een beetje water bij.

Vermeng dit met de losgeklopte eiwitten, giet de bouillon erover, breng het geheel al roerend aan de kook en laat het net onder het kookpunt 40 minuten trekken.

Giet het geheel door een natte neteldoek.

Snijd voor het garnituur de vaste groenten in kleine dobbelsteentjes, kook ze gaar en verfris ze.

Deel de tomaten in vieren, verwijder de pitjes en snijd ze eveneens in dobbelsteentjes.

Doe het garnituur in een soepterrine, giet er de kokende consommé over, versier met de gehakte peterselie en serveer.

Soupe au pistou (Provençalische groentesoep met pesto)

**2 preien
2 grote aardappelen
1 courgette
1 winterwortel
250 gr sperziebonen
1 kleine ui
1 teentje knoflook
3 eetlepels olijfolie
250 gr mager gerookt spek aan een stukje
1 kruidenbouillontablet
zout, versgemalen peper
50 gr mini-pastastrikjes
4 flinke eetlepels peterselie-rozemarijnpesto (zie recept)**

Snijd de preien in ringen, de aardappelen, de courgette en de wortelen in schuine stukken en breek de sperziebonen.

Snipper de ui en de knoflook.

Verhit de olie in een soeppan en fruit beide hierin ± 5 minuten.

Voeg de rest van de groenten toe en bak ze omscheppend ± 5 minuten mee.

Schenk er 1 liter water bij, voeg het spek en het bouillontablet toe en laat de soep ± 45 minuten koken.

Schep het spek uit de soep en snijd het in plakken.

Breng de soep op smaak, kook de pastastrikjes 10 minuten in de soep mee en warm de spekplakken in de soep mee.

Schep de soep in borden of wijde kommen en schep er aan tafel een flinke lepel peterselie-rozemarijnpesto op.

Peterselie-rozemarijnpesto

Snijd 2 teentjes knoflook grof.

Snijd 50 gr oude kaas in stukjes.

Pureer de knoflook met de kaas, 50 gr gewassen en drooggedepte bladpeterselie, 2 eetlepels rozemarijnnaaldjes en 450 gr ongezoeten hazelnoten zonder vlies in een keukenmachine of wrijf alles in een vijzel fijn.
Schenk in een dun straaltje ± 1 dl olijfolie bij het mengsel en pureer het tot een gladde pasta.
Breng op smaak met wat peper en zout.

**Finse zomersoep
(Kesakeitto)
(6-8 personen)**

2 1/2 kop water
1 eetlepel suiker
1/4 theelepel zout
2 1/2 kop melk
300 gr diepvries doperwten
1/2 bloemkool in rozetjes
1 grote wortel in blokjes
5 kleine geschilde en in vieren gesneden aardappelen
1 eidooier
2 eetlepels boter
1 eetlepel gehakte kervel of peterselie

Breng in een kleine pan het water met de suiker en het zout aan de kook.
Voeg de melk, erwten, bloemkool, wortel en aardappelen toe en laat het 15 minuten zachtjes koken (tot de groenten gaar zijn).
Roer door de geklopte eidooier 2 eetlepels hete soep en voeg dit mengsel aan de soep toe.
Kruid het naar smaak en voeg de boter toe.
Bestrooi met gehakte kervel of peterselie.

**Stevige groentesoep met rookworst
(6-8 personen)**

50 gr boter
1 gepelde kleingesneden ui
3 schoongemaakte in ringen gesneden preien
2 schoongemaakte in stukjes gesneden stengels bleekselderij
1 geschrapte in blokjes of reepjes gesneden winterwortel
1 blik gepelde tomaten (uitlekgewicht 250 gr), uitgelekt en in stukken gesneden
1 1/2 liter runderbouillon
1 groot blik witte bonen, uitgelekt
1 in schijfjes gesneden rookworst van 250 gr
4 eetlepels kleingesneden peterselie
fijngesnipperde knoflook naar smaak
zout, versgemalen peper
stokbrood, roomboter

Verhit de boter in een grote pan en fruit hierin de ui, de knoflook en de prei ± 3 minuten.
Voeg de bleekselderij, de wortel en de tomaten toe en fruit alles regelmatig omscheppend nog 4 minuten.
Voeg de bouillon toe en breng het geheel aan de kook.
Zet het vuur laag leg het deksel op de pan en laat de soep 20 minuten zachtjes koken.
Voeg de witte bonen, de rookworst en de peterselie toe en laat de soep nog ± 15 minuten zachtjes koken.
Breng de soep op smaak met wat zout en peper.
Serveer er stokbrood en roomboter bij.

**Groentesoep met rode wijn
25 gr boter
300 gr soepgroente
3 dl rode wijn (Bourgogne)
1 vleesbouillontablet**

**zout, peper
stokbrood**

Smelt de boter in een pan en laat de groente hierin afgedekt ± 3 minuten zachtjes smoren.

Voeg dan de wijn en 6 dl water toe en verkruimel het boullontablet erboven.

Breng de soep aan de kook en laat haar ± 15 minuten zachtjes koken.

Breng de soep op smaak met peper en zout en serveer er (wit) stokbrood bij.

**Italiaanse groentesoep met ciabatta
(2 personen)**

200 gr champignons

1 gele paprika

olijfolie

175 gr rauwe ham in blokjes

150 gr kleine broccoliroosjes

1 zakje Royaal Voor Twee tomatensoep

2 afbak ciabattabroodjes

1 kleine rode ui

2 pomodori tomaten

125 gr mozzarella

8 zwarte olijven zonder pit

verse basilicum

1 eetlepel groene pesto

een scheutje room

3 eetlepels geraspte Parmezaanse kaas

Verwarm de oven voor op 225°C.

Maak de champignons en de paprika schoon en snijd de champignons in plakjes en de paprika in blokjes.

Doe een scheutje olijfolie in de pan, bak eerst de paprika en de broccoliroosjes, voeg dan de champignons en de hamblokjes toe en laat alles mooi kleuren.

Breng intussen 3/4 liter water aan de kook, voeg al roerend de soepbasis toe, breng weer aan de kook en laat de soep in 10 minuten gaar worden.

Pel de ui en snijd hem in ringen.

Snijd de tomaten, de mozzarella en de olijven in plakjes.

Snijd de ciabatta doormidden, bestrijk het brood met olijfolie en bedek met plakjes tomaat en mozzarella.

Schik hierop de blaadjes basilicum en garneer met de uiringen en olijven.

Kruid met zout en peper en bak de ciabatta 7 minuten in een hete oven.

Meng de groenten door de soep en breng op smaak met zout en peper.

Verdeel de soep over 2 kommen, schenk in elke kom een scheutje room en verdeel de rest van de kaas hierover.

Geef de ciabatta erbij.

Anatolische soep

2 eetlepels boter

1 gesnipperde ui

1 liter kippenbouillon

1 kop 1 nacht geweekte gort

1 theelepel zout

versgemalen zwarte peper

1 kop yoghurt

2 eetlepels gehakte peterselie

1 eetlepel gehakte verse munt of 1 theelepel gedroogde munt

Smelt de boter in een pan en fruit de ui in 5 minuten goudgeel.

Voeg er de bouillon aan toe en breng het geheel aan de kook.

Doe de gort, zout en peper erbij en laat het geheel nog 45 minuten koken of tot de gort gaar is.

Giet een paar eetlepels hete bouillon bij de yoghurt, klop dit goed door elkaar en doe het mengsel weer in de soep.

**Verhit de soep weer, maar laat hem niet meer koken.
Strooi er peterselie en munt over en dien op.**

**Turkse bortsj
(6 personen)**

**4 eetlepels boter
2 middelgrote uien in stukjes
1 groene paprika, zonder zaadjes en in stukken gesneden
2 geplette teentjes knoflook
1 kleine witte kool in blokjes
1 1/2 liter runderbouillon
2 grote bieten in schijven
3 aardappelen in blokjes
3 geschilde, ontpitte en in vieren gesneden tomaten
1 eetlepel citroensap
2 laurierbladen
1/8 theelepel fijngewreven dillezaadjes
1/8 theelepel fijngewreven komijnzaad
1 rode Spaanse peper, zonder zaadjes en fijngestampt
2 eetlepels gehakte selderijblaadjes
1 kop zure room
2 eetlepels gehakte peterselie**

**Verhit de boter in een grote soeppot.
Voeg de uien en paprika toe en sauteer die ongeveer 2 minuten.
Doe de knoflook en de kool erbij en sauteer nog 2 minuten al roerend.
Voeg daarna alle andere ingrediënten toe, behalve de zure room en de peterselie.
Breng het aan de kook, draai het vuur lager en laat het ± 1 uur zacht koken.
Breng zo nodig op smaak met zout en peper.
Dien op in soepkommen met een flinke lepel zure room en gehakte peterselie.**

Russische Borsjtsj

**375 gr runderschenkel in kleine stukjes
bouquet garni
500 gr rode bieten
2 eetlepels rode wijnazijn
3 eetlepels tomatenpuree of 2-3 verse kleingehakte tomaten
2 eetlepels gesmolten boter
250 gr wortelgroenten, waaronder een ui, een wortel en, indien voorradig, een wortelpeterselie
500 gr fijngesneden kool
3 grote eetlepels boter
1 eetlepel bloem
zout, peper, suiker
1 laurierblad
bietenbouillon
zure room**

Naar wens:

**dobbelsteentjes aardappel, rauw of gekookt
kleine gegrilde braadworstjes
dobbelsteentjes gekookte ham**

**Breng het rundvlees in een grote pan met 2 1/2-3 liter water en het bouquet garni aan de kook, schuim af en laat in een gesloten pan 1 1/2 uur sudderen.
Was de bieten en rasp ze in luciferdikke stukjes in een pan. Schillen is alleen nodig als de schil erg stug is.
Voeg de azijn en de tomatenpuree (als u verse tomaten gebruikt, komen die later), de gesmolten boter en 1/4 liter van de rundvleesbouillon toe en laat dit in een gesloten pan een uur sudderen.
Maak de wortelgroenten schoon en snijd of rasp ze fijn.
Bak ze in 2 eetlepels boter tot ze goudbruin zijn en voeg ze dan aan de bieten toe.**

Laat dit nog 15 minuten sudderen en breng het geheel op smaak met zout, peper en een eetlepel suiker.

Zeef intussen de rundvleesbouillon, doe hem terug in de uitgewassen pan en breng hem aan de kook.

Voeg de kool en eventueel de rauwe aardappel toe en roer er na 10 minuten het bieten-groentenmengsel door.

Voeg het laurierblad, eventueel de verse tomaten en verdere kruiden toe.

Kneed de bloem met de laatste eetlepel boter (= beurre manié) en bind de soep hiermee.

Voeg tenslotte de optionele gekookte ingrediënten toe en de bietenbouillon om de kleur te verbeteren.

Warm de soep op, maar laat hem niet aan de kook komen.

Serveer de soep met zure room.

Variaties:

1. Gebruik rundvleesbouillon als u het vlees niet zelf wilt koken. Bouillonblokjes moeten meer worden verdund dan de gebruiksaanwijzing aangeeft, omdat anders de chemische toevoegingen (zoals MSG) de smaak vertroebelen.

2. Gebruik gekookte bieten als er geen verse zijn. Snijd ze zeer fijn en warm ze langzaam met wat van de rundvleesbouillon op. Wees voorzichtig met de azijn, omdat gekookte bieten vaak al met azijn op smaak zijn gebracht.

3. In plaats van te binden met beurre manié' kunt u de bloem over de fruitende groenten strooien en met wat bouillon aanroeren.

4. Vervang voor een luxueuze winterpartij het schenkelvlees door 1 kg of meer borstvlies en voeg een uur voor het eind van de kooktijd een driekwart gaar gebraden eend inclusief slachtafval toe.

Om snel borsjtsj te kunnen maken, kunt u de rundvleesbouillon en het bieten-groentenmengsel in de diepvriezer op voorraad houden.

Vegetarische Borsjtsj

25 gr paddestoelen

2 liter water

3 fijngehakte uien

1 gekookt bietje

1 kleine fijngesneden winterwortel

100 gr gesnipperde witte kool

olie

3 eetlepels fijngehakte peterselie

1 klein blikje tomatenpuree of 3 ontvelde tomaten

2 eetlepels rode wijnazijn

1 theelepel suiker

zout, peper

2 laurierbladeren

10-12 gedroogde pruimen zonder pit

2 eetlepels fijngeknipte peterselie

1 bekertje zure room

Voor de specifieke rode kleur:

1 gekookt bietje

2 dl bouillon

1 theelepel wijnazijn

Maak eerst een paddestoelenbouillon door de paddestoelen met 1 ui 1 uur in het water te laten koken.

Neem de paddestoelen er dan uit en snijd ze fijn.

Snijd een bietje fijn en smoor dit met de wortel, de uien en de kool ± 10 minuten in wat olie met de peterselie, de tomatenpuree of de tomaten, de wijnazijn en de suiker.

Voeg de bouillon, zout, peper en laurier toe, breng alles aan de kook en laat het geheel ± 30 minuten op zacht vuur koken tot de groenten zacht zijn.

Was de pruimen, kook ze 15-20 minuten in wat water, haal ze eruit en schenk het pruimenvocht bij de soep.

Om de soep de specifieke rode kleur te geven kunt u 1 bietje schillen en raspen en dit met 2 dl bouillon en 1 theelepel wijnazijn 10-15 minuten tegen de kook aan houden.

Zeef dit vocht en wrijf het bietje door een zeef.

Doe dit vocht op het laatste moment bij de soep.

Voeg vlak voor het opdienen de fijngesneden paddestoelen aan de soep toe en strooi er de bladselderij over.

Leg op elk bord wat pruimen en giet de soep daarover.

Geef de zure room er apart bij, zodat ieder daarvan zelf een eetlepel in de soep kan doen.

Moskouse Borsjtsj

Zie voor de bereiding bovenstaand recept, maar vervang de paddestoelenbouillon door vleesbouillon.

Bietensoep

(1 persoon)

100 gr bieten

25 gr uitjes

1 stengel bleekselderij

1 eetlepel wijnazijn

1/4 liter runderbouillon

tijm

1 laurierblad

nootmuskaat, peper, zout

Snijd de ui in stukjes en de bleekselderij in ringen en bak tot de groenten glazig zijn.

Snijd de bietjes in dobbelsteentjes.

Doe de groenten in de bouillon en laat de soep ± 30 minuten zachtjes koken.

Voeg daarna de azijn, het laurierblad, de tijm en nootmuskaat toe en laat het geheel nog eens 5 minuten staan.

Voeg naar smaak peper en zout toe.

Strooi bij het opdienen verse peterselie over de soep en doe in iedere kom een grote lepel zure room.

Poolse bietensoep I

Er bestaan twee soorten rode barszez, de ene is helder, de andere gebonden. Beide varianten worden met natuurlijk bietenzuur bereid. Bietenzuur is eenvoudig zelf te maken:

1 kg ongekookte rode bieten

2 liter gekookt warm water

50 gr volkorenbrood

Was de bieten, schil ze dun en snijd ze in plakjes.

Doe de plakjes in een aardewerken pot of inmaakglas, giet er het gekookte warme water op en voeg daaraan het in stukjes gesneden brood toe.

Dek de pot of het glas af met een doekje of geperforeerd papier, op zijn plaats gehouden door een elastiekje, zet de pot op een warme plaats weg (± 20°C).

Schep er 5 dagen later voorzichtig het schuim dat zich heeft gevormd af en giet het bietenzuur, zonder de pulp, over in schone flessen.

Sluit de flessen met een kurk af en bewaar ze in de koelkast (± 4 maanden houdbaar).

Heldere bietensoep

350 gr soepgroenten (wortel, prei, selderij, peterselie, ui)

100 gr gerookt spek

½ kg soepkip

250 gr ongekookte rode bieten

1 laurierblad

10 gr gedroogde paddestoelen

½ liter bietenzuur

1 teentje knoflook

zout, peper

1/2 theelepel suiker

citroensap

Breng de schoongemaakte en kleingesneden soepgroenten samen met het spek en de kip in ± 2 liter water aan de kook.

Voeg er de in plakjes gesneden bieten, de peper en het laurierblad aan toe en trek hiervan in ± 30 minuten een bouillon.

Kook in een apart pannetje in ± 1/4 liter water de gedroogde paddestoelen in ± 15 minuten gaar.

Giet vervolgens zowel de bouillon van de groenten en het vlees als het kooknat van de paddestoelen door een zeef en roer beide afkooksels door elkaar.

Voeg aan dit mengsel het bietenzuur toe.

Verwarm de soep tot bijna aan de kook (laat niet koken, want dan verliest de soep kleur!).

Voeg er tenslotte naar smaak wat zout, suiker, een uitgeperst teentje knoflook en citroensap aan toe.

Deze bieten soep wordt traditioneel opgediend met uszka (oortjes), gevuld en in vorm gevouwen deeg, maar u kunt er ook gevulde pasteitjes van bladerdeeg of soepstengels bij serveren.

Poolse bietensoep II

1 1/2 liter water

400 gr bieten

500 gr vlees met been

200 gr soepgroente

5 gr gedroogde paddestoelen

50 gr uien

1/4-1/2 liter zuur bietenaftreksel

1 laurierblaadje

witte peper, zout

suiker

1 teentje knoflook

Was de geweekte paddestoelen en de beentjes met het vlees, giet er het water op, voeg zout toe en laat het vlees zachtjes koken.

Kook of bak de bieten in de schil, goed afgeborsteld en gewassen, afzonderlijk gaar; laat ze, als ze gaar zijn, uitlekken, pel ze en rasp ze grof.

Breng de soep met fijngehreven knoflook met zout, suiker en het zure bietenaftreksel op smaak.

Dien de soep op met witte of bruine bonen, boekweitgrutten en/of hard gekookte eieren.

De door een fijne zeef gezifte en ontvette heldere bietensoep kan worden opgediend met pasteitjes, met ravioli of met brosse biscuitjes.

het overgebleven afgetrokken vlees kan als vulsel voor de pasteitjes en de ravioli worden gebruikt.

Bietensoep wordt ook wel toebereid met bouillon en ham, of met spek en worst.

Rode bietensoep

(2 personen)

1 ui

250 gr gekookte bietjes

3 pimentkorrels

3 eetlepels boter

1 1/2 dl appelsap

1 kruidenbouillontablet

2 eetlepels bloem

zout, peper

citroensap

4 eetlepels slagroom

Pel en snipper de ui.

Ontvel de bietjes en snijd ze in stukjes.

Kneus de pimentkorrels.

Verhit 1 eetlepel boter en fruit de ui ± 3 minuten.

Voeg de bietjes, het appelsap, 3 dl water, de piment en het bouillontablet toe en laat de soep ± 15 minuten zachtjes koken.

Zeef haar.

Smelt 2 eetlepels boter, roer de bloem erdoor en voeg scheutje voor scheutje de bietenbouillon toe, zodat een gebonden soep ontstaat.

Breng de soep op smaak met zout, peper en citroensap.

Klop de slagroom half stijf.

Schep de soep in 2 diepe borden en schep er een lepel room op.

Aspergesoep (6 personen)

1 kg asperges

zout, suiker, nootmuskaat

1 1/2 kippenbouillontablet

2 eierdooiers

1/2 dl slagroom

Schil de asperges en snijd ze in stukken van 2 cm.

Zet ze op met ± 2 liter water, zout en suiker en kook ze in ± 25 minuten gaar.

Zeef de soep en pureer de helft van de asperges in een keukenmachine.

Doe de puree met de kippenbouillonblokjes in de bouillon.

Roer in een andere pan de eierdooiers met de slagroom en een snuf nootmuskaat los en voeg heel voorzichtig de kokende soep toe (in het begin druppelsgewijs om schiften te voorkomen, later met een grote soeplepel).

Roer goed door, want de soep gaat nu binden.

Breng de soep op smaak met zout en peper.

De soep mag niet meer koken, ook niet bij het opwarmen! Door het ei gaat de soep bij koken schiften.

Asperge-biersoep

kook 300 gr heel dunne witte asperges in 1 liter water, laat het nat tot 3/4 liter inkoken, bind het met een zakje aspergesaus en voeg 1/2 liter Witbier toe. Pureer de asperge-einden en doe de puree erbij, evenals, tot slot, 1 dl slagroom. Voeg de aspergekopjes aan de soep toe.

Asperge- aardappelsoep met spekjes

1 blikje Unox Aspergecrèmesoep

200 gr afkokende aardappelen in blokjes

100 gr mager rookspek in blokjes

2 gesnipperde sjalotjes

2 eetlepels fijngesneden selderij

Kook de aardappelen in ruim water in ± 20 minuten gaar en pureer ze.

Bak de spekjes in een pan met een anti-aanbaklaag krokant uit, neem ze uit de pan en fruit de sjalotjes in het achtergebleven vet ± 5 minuten.

Bereid de soep volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking met 6 dl water.

Klop de aardappelpuree erdoor en roer er de spekjes en de sjalotjes door.

Bestrooi de soep met selderij.

Lekker met toast met kruidenboter.

Aspergesoep met kervel

30 gr boter

30 gr bloem

1/2 liter kruidenbouillon

1/2 liter melk

1 blikje asperges

1 eetlepel crème fraîche

1 eetlepel fijngehakte kervel

Verhit de boter, roer de bloem erdoor en giet er geleidelijk en al roerend de bouillon bij tot een gebonden soep ontstaat.

Laat de asperges uitlekken, snijd ze klein en voeg ze aan de soep toe.

Roer de kervel door de soep.

Aspergesoep met zalmreepjes

1 blikje Unox Aspergecrèmesoep

6 groene asperges in stukjes

1 dl witte wijn

150 gr gerookte zalm in reepjes

2 eetlepels fijngesneden kervel

Kook de asperges in ruim water in ± 10 minuten beetgaar.

Bereid de soep volgens de aanwijzingen op de verpakking met 4 1/2 dl water en de wijn.

Roer de asperges en de zalm door de soep en bestrooi de soep met de kervel.

Lekker met stukjes stokbrood met roomkaas en mierikswortel.

Velouté d'asperges

40 gr boter

40 gr bloem

1 liter aspergekookvocht

12 gekookte asperges

peper, zout, nootmuskaat

2 1/2 dl room

24 schijfjes gekookte wortel

peterselie

Laat de boter samen met de bloem in een soeppan smelten.

Roer hier geleidelijk het kooknat bij en laat de soep op matig vuur 5 minuten doorkoken.

Snijd de punten van de asperges en pureer de rest.

Maak de soep op smaak af met de aspergepuree, peper, zout, nootmuskaat en de room.

Verdeel de soep over 4 borden en garneer met de aspergepunten, de schijfjes wortel (waaruit met een steker een hartje is gestoken) en peterselie.

Aardappelsoep

1 1/2 kg aardappelen

1 1/2 liter bouillon (tablet)

350 gr boerensoepgroente (winterwortel, prei, selderij, bloemkool, peterselie)

1 flinke rookworst

enkele plakjes bakbacon of spek

Schil de aardappelen, kook ze, afhankelijk van de soort, 15-20 minuten in de bouillon en stamp ze in de pan fijn.

Roer goed door.

Voeg de soepgroente toe, leg er de rookworst op en laat de soep met het deksel op de pan in ± 15 minuten door en door heet worden.

Snijd intussen de bacon in reepjes en bak die in een droge koekepan uit.

Snijd de worst in plakjes en schep die door de soep.

Strooi er de bacon over of geef die apart bij de soep.

Duitse aardappelsoep

(6 personen)

700 gr aardappelen

1/2 selderijknol

2 grote winterwortelen

2 tomaten

3 uien

boter

1 1/2 liter vleesbouillon

nootmuskaat, peper, zout

Schil de aardappelen en maak de knolselderij en de wortelen schoon.

Houd het groen van de selderij en een halve wortel apart en snijd de rest van de groenten in stukjes.

**Pel de tomaten, ontpit ze en snijd ze in vieren.
Pel 2 uien, hak ze fijn en stoof ze in een klontje boter.
Voeg de gesneden groenten en de stukjes tomaat toe, schenk er de bouillon over en laat alles 30 minuten zachtjes koken.
Roer de soep goed door en breng haar op smaak met nootmuskaat, peper en zout.
Pel de overgebleven ui, snijd hem in tweeën en snijd de helften in halve ringen.
Snijd de halve wortel in juliënne, stoof die in een klontje boter beetgaar en voeg ze daarna aan de soep toe.
Was een beetje groen van de selderij, scheur de blaadjes in stukjes en garneer de soep hiermee.**

Aardappel-kervelsoep (2 personen)

**200 gr aardappelen
3 groentebouillontablet
3 eetlepels kervel
2 eetlepels zure room
versgemalen peper**

**Schil de aardappelen, snijd ze in stukjes en kook ze in 4 dl water en het bouillontablet in ± 20 minuten gaar.
Pureer de aardappelen en het kookvocht met een (staaf)mixer en roer er de kervel en de zure room door.
Breng de soep op smaak met peper.**

**Magnetron: doe de aardappelen met 1/2 dl water in een schaal en kook ze afgedekt in ± 4 minuten op vol vermogen gaar.
Voeg het bouillontablet, 4 dl kokend water, de kervel en de zure room toe en pureer de soep.**

**Aardappelsoep II
1 liter bouillon
500 gr aardappelen
2 preien
1 mespunt peper
1 mespunt zout
1 mespunt nootmuskaat
2 theelepels marjolein
1 eetlepel verse tijm
2 dl room**

**Zet de aardappelen op in de bouillon, kook ze gaar en pureer ze met een staafmixer.
Breng het geheel aan de kook, voeg de gesneden prei toe en laat de soep 20 minuten trekken.
Breng op smaak met de kruiden.
Klop er vlak voor het serveren de room door.
Serveer met stokbrood en gezouten roomboter.**

**Hongaarse aardappelsoep
1 kg aardappelen
zout water
150 half-om-half gr gehakt
1 eidooier
zout, peper
1/2 theelepel paprikapoeder
3 eetlepels boter
1 liter bouillon
2 paprika's
4 harde paprikaworstjes
cayennepeper
1 bosje peterselie**

Kook de aardappelen in gezouten water gaar.

Meng het gehakt met de eidooier, zout, peper en paprikapoeder, vorm er balletjes van en schroei die in de boter rondom dicht.

Pureer de aardappelen, roer de hete bouillon door de puree en breng de soep aan de kook.

Snijd de paprika in stukjes en de worst in plakjes.

Voeg de paprika, worst en gehaktballetjes aan de soep toe en laat de soep nog 5 minuten doorkoken.

Breng de soep op smaak met cayennepeper en bestrooi haar met gehakte peterselie.

Aardappel-basilicumsoep (2 personen)

1 ui

250 gr aardappelen

1 eetlepel olijfolie

1 vleesbouillontablet

2 eetlepels pesto (basilicumsaus)

2 eetlepels fijngeknipte basilicum

Pel en snipper de ui.

Schil de aardappelen en rasp ze grof.

Verhit de olie in een pan en fruit de ui en de aardappel al omscheppend even aan.

Voeg het bouillontablet en 4 dl water toe en kook de aardappels in ± 8 minuten zachtjes gaar.

Voeg de pesto toe en pureer de soep met een staafmixer of in een keukenmachine.

Schep de soep in 2 diepe borden en strooi er de basilicum over.

Aardappelsoep III

Van puree van 500 gr gare aardappelen, gekookt in 3/4 liter runderbouillon, met 1/2 liter melk, peper, nootmuskaat, cayennepeper, 50 gr fijngehakte uitgebakken magere spekjes, bieslook en (p.p. 3) radijsjes in plakjes.

Aardappel-vissoep (2 personen)

4 aardappelen

1/2 groene paprika

150 gr kabeljauwfilet

1 pakje tomatensoep of 1 liter zelfgemaakte tomatensoep

1 theelepel gedroogde basilicum

3 tomaten

50 gr garnalen

50 gr gekookte mosselen

± 2 eetlepels koffieroom

zout, peper

Schil de aardappelen en snijd ze in kleine blokjes.

Maak de paprika schoon en snijd hem in stukjes.

Snijd de kabeljauw in blokjes.

Breng al roerend in een pan 1 liter water met de inhoud van het pakje soep aan de kook, voeg de aardappelblokjes, de kabeljauw en de basilicum toe en kook de soep in 10 minuten zachtjes gaar.

Ontvel intussen de tomaten, verwijder de pitjes en snijd ze in stukjes.

Roer de tomaten, de garnalen en de mosselen door de soep en laat ze in ± 3 minuten door en door heet worden.

Breng de soep op smaak met koffieroom, zout en peper.

Aardappelsoep uit Midden- en Zuid-Limburg

Snijd 1 kg geschilde aardappelen en 2 penen in kleine stukjes.

Smelt 50 gr boter en roer er 2 eetlepels bloem door.

Giet er, zodra dit mengsel wat kleur heeft gekregen, geleidelijk 1 1/2 liter bouillon en 2 glazen witte wijn bij en voeg een stukje foelie toe.

Kook de aardappelen en de penen met 1 gesnipperde ui hierin gaar.

Breng de soep op smaak met peper, zout, fijngehakte peterselie en bieslook of kervel.

Kaassoep met kervel

van een gefruït gesnipperd sjalotje en een teentje knoflook, 2 eetlepels bloem, 3/4 liter groentebouillon, 1/2 liter droge witte wijn, 150 gr geraspte belegen kaas, wat paprikapoeder en kervel.

Bloemkoolsoep

van 350 gr bloemkoolrosjes en 50 gr rijst, gekookt in 1 liter gevogeltebouillon (van pot fond), gebonden met een zakje kerriesauspoeder. Pureer de rosjes en voeg ze toe, met 2 eetlepels gehakte rode paprika, 2 eetlepels koriander groen en 2 eetlepels kokos.

Blauwe kaassoep

kook 100 gr tortellini in 3/4 liter groentebouillon en 1/4 liter witte wijn en bind dit met een zakje béchamelsaus (voor 1/2 l). roer er van het vuur af 200 gr blauwe kaas en 1 dl slagroom bij.

Gebonden kippensoep

van 1 1/4 liter kippenbouillon met fijngesneden kippevlees, 150 gr gaar gekookte diepvrieserwtjes, gebonden met een zakje roomsaus. Serveer met 2 eetlepels geknipt mintgroen en 1/4 in reepjes gesneden komkommer.

Kalfsroomsoep met brie

1 liter kalfsbouillon
100 gr kalfsgehakt
gemalen foelie
1 bouillontablet
100 gr brie
0,6 dl room
zout, peper
peterselie

Breng het kalfsgehakt op smaak met zout, peper en foelie en maak er zeer kleine balletjes van.

Pocheer deze in bouillon, gemaakt van een blokje.

Verwarm de kalfsbouillon even en zeef hem door een neteldoekse lap.

Breng de gezeefde bouillon tegen de kook aan.

Doe de in stukken gesneden brie met een glas bouillon in de mixer, mix ze fijn en voeg het mengsel bij de bouillon.

Schenk de room bij de bouillon en breng dit dan even aan de kook.

Verdeel de balletjes over de soepkoppen, voeg de bouillon toe, strooi er wat gehakte peterselie over en serveer met warm stokbrood.

Ei- crèmesoep uit Zagreb

4 eierdooiers
1 liter bouillon
35 gr gesmolten boter
1 eetlepel bloem
2 dl zure room

Klop de eierdooiers in een kom los met 1/2 dl van de bouillon.

Roer de gesmolten boter door het dooiermengsel.

Maak de bloem aan met de zure room en roer het mengsel door het dooiermengsel.

Roer het dooier-roommengsel in een pan door de rest van de koude bouillon.

Verwarm de soep bij matige hitte en onder voortdurend roeren tot hij gebonden en door en door warm is.

Laat de soep vooral niet koken, daar hij anders zou kunnen schiften.

Uien-crèmesoep

van 500 gr gesnipperde en gefruïte uien met 1 theelepel suiker en 1 theelepel tijm. Voeg 1/4 liter droge witte wijn en 3/4 liter runderbouillon toe en laat 1 uur koken. pureer en bind met 2 eierdooiers, geklopt met 1 dl room-culinair.

Citroensoep

klop 3 eierdooiers met 1/2 dl citroensap, doe er 1 1/4 liter kippenbouillon bij en laat al kloppend binden. Breng op smaak met zout, peper en peterselie. Serveer met stukjes gerookte paling (per persoon 30-50 gr) en een citroenpartje.

Citroenkippensoep

Breng 1 liter kippenfond met 1/2 theelepel komijnpoeder aan de kook. Snijd 1 bosje bosuitjes in ringetjes, 1 dun geschilde citroen in schijfjes en 1 rode peper in ringetjes.

Breng de fond op smaak met zout en peper.

Doe de bosui, de citroen en de rode peper in de fond en warm alles goed door.

Citroensoep met rijst

1 pot bouillon met kippevlees

1/2 kippenbouillontablet

75 gr snelkookrijst

1 rode paprika

2 kleine citroenen

2 eieren

1 theelepel citroensap

zout, versgemalen peper

4 takjes peterselie

Zeef de bouillon boven een maatbeker (bewaar het kippevlees en vul met water tot 1 liter aan).

Snijd het kippevlees in stukjes.

Breng de bouillon met het bouillontablet aan de kook, voeg de rijst toe en kook die in ± 15 minuten gaar.

Was intussen de paprika, maak hem schoon en snijd hem in heel kleine stukjes.

Snijd van een halve citroen 4 dunne schijfjes en pers de rest van de citroenen uit.

Klop de eieren met een mixer schuimig, voeg scheutje voor scheutje het citroensap toe, voeg dan al kloppend scheutje voor scheutje ± 2 dl hete bouillon toe en klop van het vuur af het eimengsel door de rest van de bouillon.

Roer het kippevlees, de paprikastukjes en het citroensap door de soep en maak haar op smaak af met zout en peper.

Verwarm de soep zo nodig nog even zachtjes laat haar niet meer koken.

Verdeel de soep over 4 kommen, leg in elke kom een schijfje citroen en knip er de peterselie boven fijn.

Lekker met warm stokbrood en boter.

Venkelcrèmesoep

2 venkelknollen met wat venkelgroen

1 1/2-2 liter melk

pernod

Verwijder het groen van de bollen.

Was de bollen, snijd ze in stukken en kook ze in de melk tot pulp.

Kijk even hoeveel melk u precies nodig heeft; de bollen moeten net onder staan.

Laat ze ongeveer een kwartier koken, tot de venkel goed zacht is en pureer de bollen dan in een foodprocessor.

Roer naar smaak een scheut pernod door de soep en serveer met wat room.

Knip er venkelgroen boven fijn.

Roomsoep met venkel

1 liter runderbouillon

1 venkelknol

40 gr bloem

40 gr boter

1 ui
1 dl room
kerrie

Maak de ui schoon, snijd hem in repen en fruit die licht in de boter, zonder ze te laten verkleuren.

Voeg er de bouillon bij en maak een witte roux.

Voeg wat kerrie toe en langzaam de bouillon, zodat er een mooie gladde soep ontstaat.

Breng deze aan de kook en laat ze 20 minuten zachtjes koken.

Maak de venkel schoon, verwijder de buitenste bladeren en snijd de knol in dunne reepjes.

Leg deze in de soep en laat ze gaar worden.

Voeg vlak voor het opdienen, van het vuur af, de room toe en serveer op voorverwarmde borden.

Romige venkelsoep met worteltjes

1 ui
400 gr venkel
4 worteltjes
30 gr boter
1/2 theelepel milde kerriepoeder
4 dl kippenbouillon
4 dl melk
1 dl kookroom
(2 eetlepels anijslikeur, bijvoorbeeld Pernod of Ricard)
peper, zout

Pel en snipper de ui.

Maak de venkel schoon, houd de toefjes groen apart en snijd de knollen in reepjes.

Maak de worteltjes schoon en snijd ze in dunne plakjes.

Smelt de boter en fruit daarin de ui ± 2 minuten.

Laat de venkelreepjes en het kerriepoeder 1 minuut zachtjes meebakken.

Schenk de bouillon en de melk erbij en breng de soep aan de kook.

Kook de venkel 20 minuten op een laag vuur.

Pureer de soep met een staafmixer of in een keukenmachine of wrijf haar door een zeef.

Voeg de room en de worteltjes toe, breng de soep al roerend aan de kook en kook de worteltjes in ± 5 minuten beetgaar.

Breng de soep op smaak met peper en zout en eventueel met de likeur.

Verdeel de soep over 4 kommen en strooi er het achtergehouden venkelgroen over.

Venkelsoep **(3-4 personen)**

venkelknollen (afhankelijk van de grootte)
3/4 liter water
1 bouillontablet
zout
25 gr boter
20 gr bloem
2 eierdooiers
2 eetlepels room (slagroom, koffieroom of crème fraîche)
citroensap of droge witte wijn
een schaal met een inhoud van 1 1/2-2 liter

Was de venkelknollen en snijd ze doormidden; Bewaar het mooie groen voor de garnering.

Wip de malse kern uit de venkelhelften en snijd deze ragfijn (dit deel wordt later als vulling voor de soep gebruikt).

Snijd de rest van de venkelknollen in grove stukken.

Doe de stukken venkel samen met het water, het bouillontablet en een flinke mespunt zout in de schaal.

Breng het geheel in 10-13 minuten aan de kook en laat het mengsel 8 minuten doorkoken.

Giet de venkelbouillon door een zeef. Wrijf daarbij ook zo veel mogelijk venkel door de mazen van de zeef en schraap de onderkant van de zeef zorgvuldig schoon (of maak de soep in een elektrische mengbeker of foodprocessor volkomen glad).

Laat de boter in de schaal smelten, roer er de bloem door en voeg daarna de venkelbouillon toe.

Roer nogmaals goed.

Breng de soep aan de kook en klop haar met een garde glad.

Schep de fijngesneden venkel door de soep en laat deze in de soep zacht worden.

Vermeng de eierdooiers met de room, roer er 2 eetlepels van de hete soep door en giet het mengsel bij de soep.

Laat de soep nu niet meer doorkoken, maar breng haar nog wel op smaak met wat zout en enkele druppels citroensap

of een scheutje droge witte wijn.

Garneer de soep met venkelgroen.

Pittige venkel-vissoep (2 personen)

1 sjalotje

1 kleine venkel

2 eetlepels olijfolie

1/2 theelepel sambal oelek

1/2 eetlepel tomatenpuree

1 teentje knoflook

1 visbouillontablet

200 gr kabeljauwfilet

1 eetlepel Pernod of Ricard

zout, peper

Maak het sjalotje en de venkel schoon en snijd ze fijn.

Verhit de olie in een pan en fruit de sjalot en de venkel met de sambal en de tomatenpuree even aan.

Pers het teentje knoflook erboven uit en voeg 4 dl water en het bouillontablet toe.

Kook de groenten in ± 5 minuten zachtjes gaar.

Pureer de soep met een staafmixer.

Snijd de kabeljauw in stukjes, schep die door de soep en warm de soep nog ± 5 minuten zachtjes door tot de vis gaar is.

Breng de soep op smaak met Pernod, zout en peper.

Lekker met stokbrood.

Aardappel-venkelsoep

2 eetlepels olie

1 venkelknol in reepjes (bewaar het venkelgroen)

2 fijngesneden teentjes knoflook

1 theelepel gekneusde venkelzaadjes

2-3 geschilde aardappelen in blokjes

10 verkruimelde saffraandraadjes

1 verkruimelde gedroogde rode chilipeper

6 dl kippenbouillon (van tablet)

4 ontdooide plakjes diepvriesbladerdeeg

1 dl slagroom

zout, peper

1 losgeklopt ei

4 ovenvaste soepkommen

Verhit de olie en bak de venkel, knoflook en venkelzaadjes hierin 5 minuten.

Voeg de aardappelen, saffraan en chilipeper toe en bak die 2 minuten mee.

Schenk de bouillon erbij en laat de soep op zacht vuur 15-20 minuten koken.

Pureer de soep en zeef haar zo nodig.

Laat de soep afkoelen en bewaar haar tot het gebruik afgedekt in de koelkast.

Rol elk plakje deeg iets uit en steek hieruit cirkels van ± 12 cm doorsnee.

Bewaar de deegcirkels afgedekt in de koelkast.

Verwarm de oven voor op 200°C.

Verwarm de soep tot lauwwarm, roer er de slagroom door en breng de soep met zout en peper op smaak.

Schenk de soep in kommen, snijd het venkelgroen fijn en strooi het over de soep.

Maak de rand van de kommen met water nat, leg het deeg over de kommen, druk de randen goed vast en bestrijk het deeg met losgeklopt ei.

Zet de soepkommen 15 minuten in het midden van de oven tot het deegdekseel lichtbruin is gebakken.

Koude venkelsoep

)2 personen)

1 kleine ui

1 venkelknol (± 300 gr)

1 kippenbouillontablet

1 eetlepel Pernod of Ricard

3 eetlepels zure room

Pel en snipper de ui.

Snijd de venkelknol in kleine stukjes (bewaar het groen).

Kook de ui en de venkel met 3 1/2 dl water en het bouillontablet ± 15 minuten.

Pureer de groenten met het kookvocht en wrijf de puree zo nodig door een zeef.

Laat de soep afkoelen en in de koelkast door en door koud worden.

Roer de Pernod en de zure room door de soep en garneer met wat venkelgroen.

Prei- mosterdsoep met groene kruiden

(2 personen)

1 aardappel

1 eetlepel olijfolie

200 gr panklare prei

1 kruidenbouillontablet

2 plakjes rookvlees

1 eetlepel (groene kruiden)mosterd

1/2 eetlepel fijngehakte peterselie

1/2 eetlepel fijngeknipte bieslook

Schil de aardappel en rasp hem grof.

Verhit de olie in een pan en schep de aardappel en de prei erdoor.

Voeg het bouillontablet en 4 dl water toe en kook de prei in ± 7 minuten zachtjes gaar.

Pureer de soep met een staafmixer of in een keukenmachine.

Snijd het rookvlees in dunne reepjes.

Verwarm de soep eventueel opnieuw en roer er de mosterd door.

Schep de soep in 2 warme diepe borden en strooi het rookvlees en de kruiden erin.

Windsorsoep

1 liter kalfsbouillon

100 gr kalfsschnitzel in zeer smalle reepjes

35 gr boter

1 gepeld en kleingesneden uitje

35 gr bloem

25 gr vermicelli

1/2 dl koffieroom

2 eetlepels Madeira

zout, versgemalen peper, nootmuskaat

Breng in een pan de bouillon aan de kook en voeg de reepjes schnitzel toe.

Zet het vuur laag, leg het deksel op de pan en laat het vlees in 15 minuten zachtjes gaar koken.

Schep het vlees met een schuimspaan uit de pan en houd het apart.

Verhit de boter in een pan en fruit hierin de ui 3 minuten.

Roer de bloem door het mengsel.

Voeg er, voortdurend roerend, met kleine scheutjes tegelijk de warme bouillon aan toe tot een gebonden soep is ontstaan.

Voeg de vermicelli aan de soep toe, zet het vuur laag, leg het deksel op de pan en laat de vermicelli in ± 15 minuten zachtjes gaar koken.

Roer de reepjes vlees, de koffieroom en de Madeira door de soep en breng haar op smaak met wat zout, peper en nootmuskaat.

Bloemkoolsoep

1 kleine bloemkool (of een halve grote)

2 blokjes vleesbouillon

150 gr champignons

± 1/2 eetlepel zonnebloemolie

100 gr rundergehakt

een snufje gemalen foelie

2 eierdooiers

een flinke scheut slagroom

versgemalen zwarte peper

gemalen nootmuskaat

2-3 eetlepels Parmezaanse kaas

Was de bloemkool, snijd hem in roosjes en kook die in 10 minuten in 1 liter bouillon van blokjes gaar.

Pureer de bloemkool in de keukenmachine, met de staafmixer of met de roerzeef.

Doe de puree terug in de bouillon en breng die opnieuw aan de kook.

Maak het gehakt aan met zout en een mespunt gemalen foelie, draai er balletjes van en laat die 5 minuten zachtjes in de soep meekoken.

Bak intussen de in plakjes gesneden champignons in een scheutje zonnebloemolie en doe ze bij de soep.

Klop de eidooiers los met de room en roer dit door de soep (niet laten koken!).

Breng de soep verder op smaak met versgemalen peper, wat nootmuskaat en de Parmezaanse kaas.

Tip: Kook de bloemkoolroosjes in 5 minuten in gezouten water beetgaar.

Laat ze uitlekken en bak ze daarna goudgeel en krokant in de koekepan in een klontje (room)boter. Strooi er fijngehakte peterselie over en dien ze meteen op.

Fluwelige bloemkoolsoep

(8 personen)

3 uien

2 preiwitten

boter

2 1/2 liter gevogeltebouillon

3 aardappelen

1 kleine of 1/2 dikke bloemkool

peper, zout

Voor het garnituur:

boter

een plukje kervel

Maak de uien en de preiwitten schoon en snijd ze in stukjes.

Stoof ze kort in een klontje boter en schenk de gevogeltebouillon bij.

Schil de aardappelen, snijd ze in stukjes en voeg die bij de soep.

Maak de bloemkool schoon, bewaar 1 grote roos als garnituur en doe de rest bij de soep.

Laat de soep 30 minuten zachtjes koken.

**Pluk intussen uit de achtergehouden bloemkoolroos kleine roosjes en blancheer die in lichtgezouten water krokant gaar.
Roer de soep om en breng haar op smaak met peper en zout.
Controleer voor het serveren de dikte van de soep; voeg eventueel nog wat bouillon toe.
Werk af met de bloemkoolroosjes, een plakje kervel en een klontje boter.**

Noorse bloemkoolsoep

**1 grote bloemkool
2 koppen water
1 eetlepel boter
1 1/2 eetlepel bloem
4 kippenbouillonblokjes
4 koppen kokend water
1/2 theelepel zout
1/4 theelepel witte peper
1 geklopte eidooier
1/4 kop dikke room**

**Maak de bloemkool schoon en verdeel hem in rozetjes.
Breng de kool in een grote pan met water en zout aan de kook en laat 10 minuten doorkoken.
Laat de rozetjes uitlekken en pureer ze met een mixer.
Smelt de boter in een klein pannetje en voeg al roerend de bloem toe.
Los 4 bouillonblokjes op in 4 koppen kokend water en voeg dit roerend, met kleine scheutjes tegelijk, bij het botermengsel.
Laat het al roerend koken tot het enigszins dik begint te worden.
Voeg al roerend de gepureerde bloemkool, zout en peper toe.
Meng in een kleine schaal de eidooier met de dikke room en 2 eetlepels van de hete soep en voeg dit mengsel al roerend bij de soep.**

Bloemkool-kerriesoep (magnetron)

**300 gr bloemkool
125 gr soepgroenten
1 eetlepel boter
1/2 liter kippenbouillon
1 eetlepel kerrievoer**

**Kook de bloemkoolroosjes met de soepgroenten, de boter, 1/8 liter bouillon en de kruiden afgedekt 12 minuten op vol vermogen.
Voeg de rest van de bouillon toe, pureer de soep en verwarm haar 2 minuten op vol vermogen.
Schep de soep op de borden, verdeel er de room over en roer voor een marmereffect eenmaal om.
Garneer met gesnipperde bieslook.**

Klassieke gebonden komkommersoep

**2 uien
2 preiwitten
boter
2 aardappelen (bintjes)
2 komkommers
1 1/2-2 liter goed ontvette gevogelbouillon
peper, zout**

Voor het garnituur:

**1/2 komkommer
1 eetlepel olijfolie
1 eetlepel kervelplukjes**

**de uien en de prei schoon, snipper ze zeer fijn en stoof ze in een klontje boter blond.
Schil intussen de aardappelen en 1 1/2 komkommer (zonder pitjes) en snijd ze in stukjes (zie Tip).**

Giet de gevogeltebouillon op de gestoofde groenten en voeg er de in stukjes gesneden aardappel en komkommer aan toe.

Sluit de pan en laat de soep in 30-40 minuten gaar sudderen.

Roer de soep door.

Schil de resterende halve komkommer niet, maar verwijder wel met een koffielepel de pitjes en snijd hem in mooie halve maantjes van 3-4 mm dik.

Verhit wat olijfolie in een pan en bak de komkommerstukjes snel krokant gaar.

Breng de soep aan de kook, controleer de kruiding en breng eventueel op smaak met peper en zout.

Voeg er de komkommermaantjes aan toe en werk af met de kervelplukjes.

Tip: Als de pitjes in de komkommer wat te dik zijn, verwijder ze dan met een koffielepel vooraleer u ze aan de soep toevoegt.

Komkommersoep (2 personen)

1 komkommer
3 dl kippenbouillon
1 eierdooier
5 muntblaadjes
2 eetlepels room
peper
4 muntblaadjes ter versiering

Schil de komkommer met een dunschiller, boor er met een pommies-parisienneboor 20 knikkers uit en bewaar deze balletjes als garnituur.

Snijd de rest van de komkommer in de lengte door, verwijder de zaadjes met een lepel, snijd het vruchtvlies in kleine stukjes en maal die met de bouillon en 5 muntblaadjes in een blender fijn.

Zeef de komkommerbouillon en breng aan de kook.

Meng de room en de eierdooier tot een liaison.

Neem vlak voor het serveren de warme bouillon van het vuur en klop er met een garde de liaison door (vanaf dit moment mag de soep niet meer koken).

Breng op smaak met peper en versier met de komkommerballetjes en de muntblaadjes.

Komkommersoep II

1 komkommer
1 liter kippe- of kalfsbouillon, vers of van blokjes
zout, peper, nootmuskaat
bieslook
1/8 liter room of koffiemelk

Rasp het grootste deel van de komkommer en snijd de rest in blokjes.

Breng het geraspte deel met de bouillon aan de kook.

Maak de soep op smaak met peper, zout en eventueel nootmuskaat.

U kunt de soep nog pureren, zodat ze mooi glad wordt.

Doe er de blokjes komkommer en de room of koffiemelk bij en strooi er wat bieslook over.

Komkommersoep met munt

1 sjalotje
boter
2 eetlepels bloem
2 dl kruidenbouillon van tablet (in totaal 1 liter)
1 eierdooier
1/2 dl slagroom
12 verse muntblaadjes
zwarte peper
limoensap
1/2 komkommer
verse munt ter garnering

Fruit het fijn gesnipperd sjalotje in wat boter, roer er de bloem bij en

laat pruttelen.

Roer er bouillon door en laat die opnemen.

Voeg de rest van de bouillon in delen toe.

Klop de eierdooier met de slagroom en wat bouillon los, roer dit bij de soep en laat de soep onder roeren binden, zonder hem echt aan de kook te brengen.

Hak de muntblaadjes fijn en roer ze bij de soep.

Breng de soep op smaak met een flinke draai zwarte peper en limoensap.

Halveer de komkommer in de lengte, schep de zaadlijsten eruit en rasp de helften grof boven de soep.

Serveer de soep direct, met nog wat verse munt ter garnering. Daar smaakt in vieren gesneden (kort gebakken) shoarmabroodjes bij, gevuld met een grof gehakt mengsel van olijven, peterselie en tomaat.

Yoghurt-komkommersoep

1/2 komkommer

5 dl yoghurt

2 eetlepels dragonazijn

1 koffielepel gehakte bieslook

1 koffielepel gehakte dragon

4 zure augurkjes

100 gr gepelde grijze garnalen

peper, zout

Schil de komkommer, halveer hem en verwijder de pitten.

Rasp hem fijn en roer het sap en de moes door de yoghurt.

Breng op smaak met de dragonazijn, gehakte bieslook, dragon en peper en zout.

Laat dit in de koelkast goed koud worden.

Hak de augurkjes fijn.

Haal de soep vlak voor het opdienen uit de koelkast en roer er de fijngesnipperde augurkjes en de helft van de garnalen door.

Verdeel de soep over 4 schaaltes en strooi er de rest van de garnalen op.

Serveer deze yoghurtsoep met grissini (Italiaanse soepstengels).

Koele komkommersoep

1 komkommer

zout

peper

3 tomaten

1 bosje radijs

10 groene olijven

10 zwarte olijven

300 gr gekookte ham

1 liter taptemelkyoghurt

1 teentje knoflook

verse fijngehakte groene kruiden

Schil de komkommer, snijd hem in kleine blokjes, bestrooi die met zout en laat ze twee uur staan.

Maak de tomaten en de radijs schoon.

Ontpit de olijven en snijd ze in zeer kleine blokjes.

Snijd ook de ham heel klein.

Giet de yoghurt in een kom met zout, peper en knoflooksap en roer van dit mengsel met de mixer een gladde massa.

Doe als vulsel blokjes tomaat, radijs en de olijven in.

Zet de soep koel weg.

Doe in elke soepkop één of twee blokjes ijs en schenk daarop de soep.

Strooi er gehakte kruiden over, b.v. selderij, peterselie en zeer fijn geknipte bieslook.

Koude komkommersoep met zalm

(2 personen)

1/2 komkommer

2 bosuitjes
2 1/2 dl Umer of (Bulgaarse) yoghurt
zout, peper uit de molen
2 theelepels geconcentreerde kippenbouillon
enkele druppels limoen- of citroensap
25-35 gr gerookte zalm in dunne plakken
1 eetlepel kleingesneden bieslook

Boen het stuk komkommer schoon of schil het, verwijder het uiteinde en rasp de komkommer grof.

Maak de bosuitjes schoon en snijd ze in uiterst smalle ringetjes.

Vermeng in een kom de Umer of de yoghurt met de komkommer en de bosuitjes, voeg zout, peper, de geconcentreerde kippenbouillon en het limoen- of citroensap toe en oer er 3 eetlepels koud water door.

Klop alles met een garde even flink op en plaats de kom tot het gebruik in de koelkast.

Snijd of hak de zalm in snippers en schep de helft ervan door de soep.

Doe de soep over in kommen en garneer met zalmsnippers en bieslook.

Koude garnalensoep
360 gr gekookte garnalen
2 kleine gepelde gehakte komkommers
1 eetlepel peterselie
1 eetlepel bieslook
2 theelepels mosterd
1 theelepel suiker
nootmuskaat
3 1/2 dl karnemelk
5 dl karnemelk
paprikapoeder

Doe alle ingrediënten tot en met de 3 1/2 dl karnemelk door de moulinette en laat het ijskoud worden.

Verdun de soep vlak voor het serveren met de rest van de karnemelk, giet haar in gekoelde soepkommen en bestrooi met paprikapoeder.

Zuppa di Melone (Koude meloensoep)
(6-8 personen)

1 grote watermeloen
1 1/2 liter kippenbouillon (van 4 1/2 tablet)
1 1/2 dl slagroom
1 eetlepel citroensap
tabasco

Snijd met een scherp mes van de watermeloen een gekartelde deksel af.

Schep met een meloenboortje ± 50 balletjes uit het vruchtvlees.

Verwijder de rest van het vruchtvlees tot op ± 3 cm van de schil.

Haal de pitjes eruit.

Pureer het vruchtvlees met de koude bouillon.

Voeg de slagroom, het citroensap en naar smaak tabasco toe.

Laat de soep in de koelkast ± 3 uur afkoelen.

Schep de soep voor het serveren in de meloen en strooi de meloenbolletjes erin.

Deze soep is ook heel lekker met Galia meloen. De soep wordt heel bijzonder door er voor het serveren wat gamba's door te roeren.

Koude avocadosoep
2 sjalotten
4 tenen knoflook
verse koriander, peterselie en tijm
1 liter gevogeltebouillon
2 rijpe avocado's
limoensap (of citroensap)
3 dl crème fraîche

tabasco
zout

Pel de sjalotten en de knoflooktenen.
Was de kruiden en snijd de blaadjes van de stelen.
Hak of knip de blaadjes fijn en zet ze even weg.
Breng de bouillon met de sjalotten, de knoflook en 2/3 van de kruiden aan de kook en laat dit op laag vuur een half uur trekken.
Zeef de bouillon en laat hem afkoelen.
Schil de avocado's, halveer ze en verwijder de pitten.
Pureer het vruchtvlees samen met het limoensap in een keukenmachine of blender.
Voeg, terwijl de motor draait, steeds kleine scheutjes bouillon toe tot een gladde gebonden saus ontstaat.
Doe de soep in een schaal.
Houd 3 eetlepels crème fraîche apart en roer de rest door de soep.
Breng de soep pittig op smaak met tabasco en zout en zet haar een half uur in de koelkast.
Serveer de avocadosoep in gekoelde soepkommen, schep op iedere portie een toefje crème fraîche en garneer met de achtergehouden kruiden.

Koude avocado-roomsoep
(2 personen)

2 geschilde avocado's
1/8 liter slagroom
3 eetlepels citroensap
1/2 eetlepel olie
2 lente-uitjes in ringetjes van ± 1 cm
1 eetlepel korianderzaadjes
1 dl witte wijn
7 1/2 dl kippenbouillon
150 gr Hollandse garnalen
2 eetlepels fijngehakte korianderblaadjes
zout, peper
dunne reepjes citroenschil

Pureer het vruchtvlees van de avocado's.
Roer de slagroom en het citroensap erdoor.
Bak in de olie de lente-uitjes met de korianderzaadjes ± 4 minuten.
Schenk de wijn erbij, roer de aanbaksels los en laat de alcohol verdampen.
Voeg de bouillon toe en breng de soep aan de kook.
Roer van het vuur af de avocadopuree, garnalen en fijngehakte koriander erdoor.
Laten afkoelen.
Garneer de soep met reepjes citroenschil.
Geef er sneetjes stokbrood met knoflookrouille bij.
Eet u de soep zonder rouille, maak de soep dan wat pittiger met tabasco.

Knoflookrouille

Kook 1 rode paprika en 1 rood pepertje zonder zaadjes ± 3 minuten in ruim water.
Verwijder de velletjes.
Pureer de paprika en het pepertje met 6 teentjes knoflook, zout en 1 kleine gekookte aardappel.
Klop er 1 eidooier en 1 1/2 dl olijfolie door.

Koude avocadosoep met verse geitenkaas

3 avocado's
2 eetlepels zure room
1 eetlepel slagroom
zout, witte peper
1 eetlepel citroensap
80 gr verse geitenkaas
kervel of peterselieblad

Halveer en schil de avocado's, verwijder de pit en pureer het vruchtvlees. Laat dit goed afkoelen op ijs en breng op smaak met zure room, slagroom, zout, peper en citroensap.
Roer in een glazen schaal de geitenkaas glad.
Schep de avocadosoep in gekoelde soepkommen.
Steek bolletjes geitenkaas uit en leg die in de soep.
Garneer met kervel of peterselie.
Als de soep te dik wordt, kunt u deze verdunnen met groentebouillon, zure of zoete room.

Koude tomatensoep (6 personen)

1 kleine komkommer, geschild, zaadjes verwijderd
2 sjalotjes
6 eetlepels fijn gesneden basilicum
3 grote rijpe tomaten, ontveld, zaadjes verwijderd
zout, peper
1 theelepel suiker
5 dl tomatensap
1 dl zure room of crème fraîche

Pureer de komkommer, sjalotjes, 3 eetlepels basilicum en de tomaten. Breng op smaak met zout, peper en suiker.
Meng dit met het tomatensap en de room.
Zet de soep ± 3 uur in de koelkast.
Strooi er voor het serveren 3 eetlepels basilicum over.
Geef er kaasvlinders bij.

Koude tomatensoep met ricottaballetjes

200 gr spinazie of borage*
2 eetlepels olie
1 geperst teentje knoflook
300 gr verse ricotta
2 eieren
50 gr geraspte Parmezaanse kaas
1 eetlepel boter
1 eetlepel bloem
zout, peper, nootmuskaat
1 liter groentebouillon (van tablet)
1 schoongeboende sinaasappel
1 liter tomatensap
2 eetlepels grofgesneden bieslook
2 stengels bleekselderij in lange dunne reepjes

Blancheer de spinazie ± 1 minuut in ruim kokend water, laat uitlekken, druk het vocht eruit en snijd de groente fijn.
Bak de spinazie en de knoflook zachtjes in de olie.
Meng de ricotta met de eieren, de Parmezaanse kaas, het spinaziemengsel*, de boter, de bloem, zout en nootmuskaat.
Breng de bouillon aan de kook.
Laat met 2 lepels balletjes van het ricottamengsel in de bouillon glijden.
Schep de balletjes, als ze boven drijven, uit de bouillon en laat ze op een doek uitlekken.
Trek reepjes schil van de sinaasappel.
Pers de sinaasappel uit en meng het sap met het tomatensap, zout en peper.
Verdeel de ricottaballetjes over de borden en schenk de soep erover.
Bestrooi met de bieslook, de bleekselderij en de sinaasappelschil.

Deze soep wordt koud geserveerd, maar u kunt haar ook warm serveren. Verwarm dan het tomatensap met het sinaasappelsap, zout en peper. Laat de ricottaballetjes daarna voorzichtig in de soep glijden, ze zullen iets smelten.
De ricottaballetjes worden in Italië met borage (komkommerkruid) gemaakt.

Borage is in de winter moeilijk verkrijgbaar; u kunt het eventueel bij de groenteman bestellen. Spinazie is echter een goede vervanger.

Koude komkommer- tomatensoep

**1 ui
2 teentjes knoflook
1 komkommer
1 kg vleestomaten
1 groene paprika
3 sneetjes oud witbrood
1/8 liter crème fraîche
tabasco
peper, zout**

Pel en snipper de ui en de knoflook.

Schil de komkommer, halveer hem in de lengte en schraap de zaadjes eruit.

Snijd 3/4 deel in stukken en de rest in piepkleine blokjes.

Was de tomaten en snijd ze in stukken.

Maak de paprika schoon, snijd de helft in stukken en de rest in kleine blokjes.

Snijd het brood in stukken en verkruiemel die in een keukenmachine.

Voeg de ui, de knoflook, de stukken komkommer, de tomaat, de paprika en de helft van de crème fraîche toe en pureer tot een egaal mengsel.

Breng de soep op smaak met de tabasco, peper en zout en serveer haar naar keuze warm of koud met de rest van de crème fraîche en de blokjes komkommer en paprika.

Lekker met Italiaans stokbrood (ciabatta).

Gazpacho I

Gazpacho stamt uit Zuid-Spanje; het is een boerensoep van tomaten, komkommers, brood, knoflook, olijfolie en water.

Dit recept met zomerse ingrediënten, waarin de soep niet wordt gekookt, is één van de populairste variaties.

**25 gr verkruiemeld vers witbrood zonder korst
2 eetlepels olijfolie
1/2 theelepel paprikapoeder
250 gr tomaten
3 bosuitjes
1 teentje knoflook
1/2 kleine komkommer
1/2 rode paprika
1/2 gele paprika
het sap van 1 limoen of 1 1/2 theelepel rode wijnazijn
5 dl tomatensap
zout, versgemalen zwarte peper**

Breng 1 1/2 dl water aan de kook, roer er het verkruiemelde brood, de olie en het paprikapoeder door en zet dit voor later gebruik opzij.

Dompel de tomaten 30 seconden in kokend water en dan 1 minuut in koud water; u kunt ze kunnen nu gemakkelijk ontvellen.

Halveer de tomaten, verwijder het zaad en snijd het vruchtvlees in blokjes.

Maak de bosuitjes en de paprika schoon, pel de knoflook, schil de komkommer en snijd alles fijn.

Doe de komkommer, paprika, bosui en knoflook bij het broodkruiemengsel en roer het limoensap erdoor.

Meng deze puree met het tomatensap en de tomaatblokjes en breng het geheel op smaak met zout en peper.

Laat de soep afkoelen.

Koud serveren.

Gazpacho II

**500 grofgesneden ontvelde tomaten
1/2 grofgesneden geschilde komkommer
1/2 grofgesneden ui
1/2 grofgesneden van zaad ontdane groene paprika**

2 grofgesneden teentjes knoflook
3 eetlepels witbroodkruim
1 eetlepel wijnazijn
1 theelepel zout
2 theelepels olijfolie
mespunt cayennepeper
mespunt gedroogde kruizemunt
1/2 theelepel majoraan
ijsblokjes

Voor de garnering:

blokjes gebakken brood
1 kleingesneden ui
1/2 in blokjes gesneden komkommer
1/2 in stukjes gesneden van zaad ontdane groene paprika
2 fijngeprakte hardgekookte eieren
4 in blokjes gesneden van zaad ontdane tomaten

Doe de tomaat, komkommer, ui, paprika, knoflook en witbrood in een mengbeker en klop alles met de mixer tot een puree.

Meng er 5 dl water, de azijn, zout, de olijfolie en de kruiden door.

Laat de soep 2 uur in de koelkast koud worden.

Roer alles voor het opdienen nog even door en serveer de soep in een soepterrine.

Doe er vlak voor het opdienen wat grofgehakte ijsblokjes in.

Zet alle ingrediënten voor de garnering in aparte schaaltes op tafel en laat een ieder die naar eigen smaak aan de soep toevoegen.

Gazpacho III

1 ui
1 eetlepel azijn
1 teentje knoflook
100 gr witbrood
2 flesjes Tomatensap
paprikapoeder
zout, peper
slaolie
5 tomaten
1 paprika
1 augurkje
2 hardgekookte eieren

Doe de grofgesneden ui, azijn, knoflook, het even in wat water geweekte brood, het tomatensap, wat paprikapoeder, zout, peper en wat slaolie in een mengbeker en laat de mixer even draaien, zodat een gladde massa ontstaat.

Zet de soep op een koude plaats weg.

Roer de ontvelde tomaten, de gesnipperde paprika, de augurk en de kleingesneden eieren als vulsel door de soep.

Gazpacho IV

(8 personen)

1 kleine geschilde komkommer zonder zaadjes
2 schoongemaakte rode paprika's
4 ontvelde vleestomaten, zonder pitjes
1 gesnipperde ui
1/2 groentebouillontablet
3 eetlepels tomatenketchup
1 eidooier
4 eetlepels olijfolie
zout, peper
tabasco

Snijd 1/4 deel van de komkommer, 1/4 paprika en 1/2 tomaat in blokjes en de rest van de groenten in grove stukken.

Los het bouillontablet op in 1/4 liter heet water.

Pureer de grove stukken groenten, ui, bouillon, ketchup, eidooier en olie glad en wrijf dit door een zeef.

Breng op smaak met zout, peper en tabasco.

Roer de blokjes groenten erdoor.

Leg voor het serveren eventueel ijsklontjes in de soep.

Gazpacho V

2 1/2 dl tomatensap

2 tenen knoflook

1/2 komkommer

1 groene en 1 rode paprika

1 ui

700 gr tomaten

3/4 dl olijfolie

2 eetlepels wijnazijn

zout, peper

1 theelepel majoraan

1 theelepel basilicum

Schil de komkommer en snijd hem in stukjes.

Verwijder de zaden en zaadlijsten van de paprika's en snijd de paprika's in stukjes.

Pel de ui en snijd hem in stukjes.

Blancheer de tomaten, ontvel ze, verwijder de zaden en snijd ze in stukjes.

Hak de kruiden fijn.

Pel de teentjes knoflook, persze uit en doe er een beetje zout bij.

ureer alle ingrediënten in een mengbeker en voeg het tomatensap toe (neem wat meer als de soep te dik is).

Zet de soep een paar uur in de koelkast.

Roer voor het serveren goed door.

Als u er schaaltes met extra ingrediënten zoals in stukjes gesneden olijven, stukjes komkommer en hardgekookte eieren bij geeft, heeft u een volledige maaltijd.

Als het gerecht als voorgerecht dient, geef dan niet te grote porties, want de soep is erg machtig.

Gazpacho VI

(voorgerecht voor 4 personen, hoofdgerecht voor 2 personen)

4 flinke vleestomaten

1 rode en 1 groene paprika

1 komkommer

2 uien

100 gr broodkruim

3 witte boterhammen

1 dl rode wijn

4 dl water

2 eetlepels wijnazijn

7 eetlepels olijfolie

2 tenen knoflook

tabasco

Ontvel de tomaten' snijd ze doormidden, verwijder de zaadjes en de zaadlijsten en snijd ze in stukken.

Week op een bordje het broodkruim in de rode wijn.

Was de paprika's, snijd 1/2 rode en 1/2 groene paprika in kleine stukjes, zet die apart in schaaltes en snijd de andere helften in grote stukken.

Snijd 1 ui in stukjes, doe die in een schaalte en snijd de andere ui in grote stukken.

Snijd 1/2 komkommer in stukjes, doe ze in een schaalte en snijd de andere helft in grote stukken.

Pureer de in grote stukken gesneden groenten met het broodkruim goed in een foodprocessor.

Voeg er daarna scheutje voor scheutje en al roerend het water, de azijn en 4 eetlepels olijfolie bij.

Pers de knoflook boven de soep uit en voeg naar smaak tabasco toe.

Laat de soep in de koelkast door en door koud worden.

Ontkorst de boterhammen, snijd ze in niet te kleine blokjes, bak die in de rest van de olijfolie rondom goudbruin en laat ze op keukenpapier uitlekken.

Serveer de soep wordt rechtstreeks uit de koelkast en geef er de kleingesneden groenten in de schaalpjes en de croûtons bij.

Gazpacho VII

5 oude witte boterhammen

olijfolie

500 gr grote pomodori of vleestomaten

1 kleine groene en 1 kleine gele paprika

1 kleine komkommer

1 ui

2 teentjes knoflook

2 eetlepels azijn

2 theelepels suiker

zout, cayennepeper

Verwijder de korsten van de boterhammen, snijd 3 boterhammen in blokjes van 1/2 cm en bak die in 4 eetlepels olijfolie bruin.

Ontvel de tomaten.

Halveer de paprika's en verwijder de zaadlijsten.

Schil de komkommer.

Snijd van 1 tomaat, 2 halve paprika's en een stukje komkommer heel kleine blokjes en doe die in schaalpjes.

Pureer in een foodprocessor 2 boterhammen, de rest van de tomaten, paprika en komkommer, de ui en 1/2 dl olijfolie, de azijn en de suiker.

Voeg 1/4 liter koud water toe en breng de soep op smaak met een snufje zout en een snufje cayennepeper.

Laat de soep in de koelkast goed koud worden.

Roer er vlak voor het serveren wat ijsblokjes door en geef de schaalpjes groenten en croûtons erbij.

Gazpacho andaluz I

1 kg tomaten

1 rode en 1 groene paprika

1 ui

1 kleine komkommer

3 teentjes knoflook

1 afgestreken theelepel zout

1 kopje water

5 eetlepels olijfolie

3 eetlepels azijn

1/2 theelepel zwarte peper

1 kopje witbroodkruim

eventueel een paar ijsblokjes

Snijd de tomaten kruiselings in, leg ze even in kokend water, ontvel ze en snijd ze doormidden, pers het sap en de pitten eruit en snijd het vruchtvlees in blokjes.

Snijd de paprika's doormidden, verwijder het zaad en de zaadlijsten, was ze en snijd ze in kleine reepjes.

Schil en hak de ui.

Schil de komkommer, snijd hem in plakjes en vervolgens in kleine stukjes.

Pers de knoflooktenen en meng ze door het zout.

Houd de helft van alle gesneden groenten achter.

Pureer de andere helft in de mengbeker met de knoflook, het water, de olijfolie en de peper.

Laat deze groentebouillon 30 minuten afgedekt in de koelkast staan.

De achtergehouden gesneden groenten en de broodkruimels worden apart in kleine schaalpjes geserveerd.

De groentesoep moet zo koud mogelijk, eventueel met een paar ijsblokjes, worden opgediend.

Aan tafel neemt iedereen wat verse groente en broodkruimels in de soep.

Gazpacho Andaluz II

500 gr gepelde tomaten (uit blik)

1 groene paprika

1 ui

1 komkommer

1 teentje knoflook

2 eetlepels olijfolie

het sap van 1 citroen

1/2 theelepel suiker

3 eetlepels peterselie

Snijd de tomaten in parten en wrijf ze door een groentezeef.

Maak de paprika schoon en snijd hem zo klein mogelijk.

Snipper de ui en schil de komkommer.

Halveer die, verwijder de pitjes en snijd hem klein.

Strooi wat zout over de ui en de komkommer en laat ze een half uur staan.

Vermeng de gepureerde tomaten, paprika, ui, komkommer, geperste knoflook met de olie, het citroensap en de suiker en voeg 1 1/2 liter ijskoud water toe.

Zet het geheel tenminste 1 uur in de koelkast.

Breng op smaak met zout en peper.

Strooi er als laatste de peterselie over.

Gazpacho Andaluz III

(8-10 personen)

een stuk brood van ± 12 cm, gesneden van een langwerpige brood zonder korst

900 gr rijpe, geurige tomaten, grofgehakt

3 kleine groene paprika's (170 gr), grofgehakt

1 komkommer (± 12 cm), geschild en grofgehakt

1 middelgrote (Spaanse) ui, grofgehakt

7 teentjes knoflook, gepeld en gehakt

2 1/2 dl milde olijfolie

zout

1 theelepel suiker

6 eetlepels witte wijnazijn

2 eetlepels sherry-azijn

5 dl koud water

Voor de garnering:

wat gehakte tomaat, paprika, komkommer, bleekselderij of ui

Week het brood in water en knijp het droog.

Doe de tomaten, paprika's, komkommer, ui en knoflook in een keukenmachine, samen met de olie, het zout, de suiker, beide soorten azijn en het brood en laat draaien tot alles zo glad mogelijk is (eventueel in 2 porties).

Giet het mengsel door een zeef in een kom en druk er met een houten lepel zoveel mogelijk vocht uit.

Roer er dan het water door en breng de soep op smaak met nog wat azijn en zout.

Laat de soep in de koelkast door en door koud worden.

Huisgerookte zalm met gazpacho

zalmfilet

zout, peper

gemalen koriander

olijfolie

Voor de gazpacho:

1 cl sherryazijn

1 mespunt mosterd

50 gr komkommer

1 1/2 vleestomaat

1/2 rode paprika

1/2 gele paprika

1 teentje knoflook
1 mespuntje rode Spaanse peper
30 gr vers broodkruim

Wrijf de zalmfilet (schoongemaakt door uw visman) in met olijfolie, bestrooi de vis met het zout, de peper en de koriander en leg hem in een gesloten verpakking enkele uren in de koelkast.

Leg de zalmfilet dan in een rookoventje en rook hem 18 minuten bij 30°C.

Verpak de vis zeer goed en leg hem een nacht in de koelkast om de smaken goed door te laten trekken.

Snijd de zalm de volgende dag in mooie dunne plakjes.

Ontdoe alle groenten van schil en zaad.

Draai alle ingrediënten voor de gazpacho door de fijne plaat van de gehaktmolen en breng op smaak met zout en peper.

Dresseer deze gazpacho om de dun gesneden zalm.

Portugese gazpacho
(koude pittige tomatensoep)

1 kg ontvelde tomaten, zaadjes verwijderd
1/4 geschilde komkommer
2 geperste teentjes knoflook
1 eetlepel grof zout
3 eetlepels olijfolie
2 eetlepels wijnazijn
1 eetlepel citroensap
2 theelepels fijngesneden marjolein
1 groene paprika in piepkleine blokjes
4 dikke sneden oud volkorenbrood in stukken
100 gr rauwe ham (dikke plak) in blokjes
peterselie
tabasco

Hak de tomaten héél fijn.

Verwijder de zaadjes uit de komkommer en snijd hem in piepkleine blokjes.

Vermeng de knoflook met zout, de olie, azijn, citroensap, marjolein, tomaat, komkommer, paprika, het citroensap en 1 1/2 liter ijskoud water.

Zet de soep ± 3 uur in de koelkast.

Leg in elke soepkom een stukjes brood en wat rauwe ham, schep de soep erop en garneer met peterselie.

Serveer eventueel met tabasco.

Tomatensoep
een scheut olijfolie
1 kleine ui
1 teentje knoflook
500 gr tomaten
3/4 liter water
1 groentebouillontablet
50 gr vermicelli
2 laurierbladen
4 kruidnagels
lavas, peterselie, tijm, basilicum

Maak de ui en de knoflook schoon en rasp ze.

Ontvel de tomaten en snijd ze klein.

Verhit in een pan de olie en fruit hierin de ui en de knoflook.

Voeg de tomaten toe en bak ze even mee.

Voeg dan het water, de bouillontablet, de vermicelli en de kruiden toe en roer alles goed door elkaar.

Breng de soep aan de kook en laat ca 20 minuten zachtjes doorkoken.

Tomatensoep II

Bak 50 gr spek met 2 kleingesneden peterseliestengels, 1/2 laurierblaadje en 6 peperkorrels in wat boter.
Snijd een kleine wortel en een ui in kleine blokjes en voeg ze toe.
Voeg 150 gr rijst en 2 liter vleesbouillon toe en laat dit langzaam 1 uur doorkoken.
Snijd 750 gr verse tomaten in stukken.
Smelt in een ovenschaal 50 gr boter en doe de tomaten erbij.
Dek de schaal af en zet hem in de oven tot alle vloeistof is verdampt.
Voeg de tomaten dan aan de soep toe en laat deze 10 minuten doorkoken.
Breng de soep op smaak met zout en peper en haal haar door een zeef.
Breng de soep nogmaals aan de kook en maak af met 2 dl room.
Geef er geroosterde blokjes brood en Parmezaanse kaas bij.

Tomatensoep III

1 liter water met zout of bouillon
8 trostomaten of 500 gr soeptomaten
4 witte peperkorrels
75 gr ui
1 laurierblad
40 gr bloem
40 gr boter
citroensap
peterselie

Maak de tomaten schoon, was ze kneus ze en laat ze in de bouillon of het kokende water met zout, de peperkorrels, het laurierblad en de gesnipperde ui 10-15 minuten fijn koken.

Giet het vocht door een zeef en wrijf de tomaten er zoveel mogelijk door.

Smelt de boter, strooi er de bloem bij, roer de klontjes weg en voeg de gezeefde soep langzaam en flink roerend toe.

Kook de soep, onder regelmatig roeren, in ± 10 minuten gaar en voeg wat citroensap toe.

Maak de soep af met fijngeknipte peterselie.

Tomatensoep met courgetteballetjes

1 kg (soep)tomaten
1 ui
10 gr boter
1/2 liter groentebouillon van tablet
2 laurierblaadjes
1 mespuntje tijm
zout, peper
1 kleine courgette
4 eetlepels slagroom
1 eetlepel gesnipperde basilicum of peterselie

het voorbereiden kan 1 dag van tevoren.

Was de tomaten en halveer ze.

Pel en snipper de ui.

Verhit de boter en bak de uisnippers ± 2 minuten.

Voeg de tomaten, de bouillon, laurier en tijm toe, breng het geheel aan de kook en laat de soep zachtjes ± 20 minuten koken.

Haal de laurierblaadjes uit de soep en wrijf de soep door een roerzeef of pureer haar met een staafmixer.

Breng de soep op smaak met zout en peper.

Was de courgette, steek met een meloenbolletjeslepel kleine balletjes uit de courgette en kook de courgetteballetjes in 5 minuten beetgaar.

Roer de courgetteballetjes door de soep en laat de soep door en door warm worden.

Schep de soep in de borden en garneer met slagroom en basilicum.

Tomatensoep met kip

1 kg tomaten
2 kippenbouillontabletten
1 stengel bleekselderij
3 plakjes kipfilet (vleeswaren, ± 50 gr)

**(versgemalen) zwarte peper
(staafmixer of keukenmachine)**

Houd 1 tomaat achter, was de rest van de tomaten en snijd ze in vieren.

Breng in een pan 1 liter water aan de kook.

Kruis de tomaat in, dompel hem enkele seconden in kokend water onder, spoel hem onder koud water af en ontvel hem. Snijd de tomaat in vieren, verwijder de pitjes en snijd het vruchtvlees klein.

Voeg de rest van de tomaten aan het kokende water toe en verkruimel er de bouillontabletten boven.

Breng het water weer aan de kook en laat het onafgedekt ± 12 minuten doorkoken.

Was intussen de bleekselderij en snijd die in dunne plakjes.

Snijd de kipfilet in reepjes.

Pureer de tomaten met een staafmixer of in een keukenmachine tot soep (of wrijf ze boven een kom door een zeef).

Wrijf de soep boven een andere pan door een zeef en breng de soep opnieuw aan de kook.

Voeg de bleekselderij en kipfilet toe en laat die ± 3 minuten meekoken.

Schep de soep in vier diepe borden, verdeel de tomaatblokjes erover en bestrooi met peper.

Tomatensoep met kaas

Snijd 500 gr gewassen tomaten in stukken en smoor ze met 1 gesnipperd uitje, 1 laurierblad en een takje tijm in 25 gr boter gaar.

Voeg er 1 1/4 liter bouillon bij en laat alles samen nog even doorkoken.

Zeef de soep, breng haar opnieuw aan de kook en bind met 50 gr (rijste)bloem, aangemengd met wat water of melk.

Houd de soep 10 minuten zachtjes aan de kook.

Roer er in de soepterrine 50 gr geraspte belegen kaas door of serveer deze er in een schaalje apart bij.

Tomatensoep met banaan

Was 1 kg tomaten, snijd ze in grove stukken en doe ze met 1/2 liter vleesbouillon en zout naar smaak in een pan.

Laat dit op matig vuur stoven tot de tomaten uiteen vallen.

Snipper 2 middelgrote uien en snijd 4 bananen in plakjes.

Verhit in een andere pan 2 eetlepels olijf- of maïsolie en laat de uien hierin al omscheppend glazig worden.

Voeg de banaan toe, bak die even om en om en druk ze daarbij met een spatel iets aan.

Doe er door een zeef de tomaten met de bouillon bij en meng alles goed.

Vermeng 2 theelepels maïzena met 4 eetlepels room en bind de soep al roerend met dit papje.

Breng de soep tenslotte met gemalen witte peper op smaak en strooi er vlak voor het serveren 2-3 eetlepels kokosrasp over.

Italiaanse tomatensoep

(2 personen)

500 gr tomaten

1 tomatenbouillontablet

1 bosje basilicum

1 bolletje Mozzarella

1 ciabatta brood

1 bekertje crème fraîche (125 ml)

een staafmixer

een broodrooster

Was de tomaten.

Snijd 1 tomaat in 8 partjes en houd die apart.

Snijd de rest van de tomaten in vieren.

Kook de tomaten met het bouillontablet en 1/2 liter water ± 5 minuten.

Pureer en zeef de soep.

Was de basilicum, hak de helft fijn en snijd de rest in reepjes.

Snijd de Mozzarella in reepjes.

Snijd de ciabatta in plakjes en rooster die.

Beleg 4 plakjes ciabatta om en om met reepjes Mozzarella, partjes tomaat en reepjes basilicum.

Roer de crème fraîche en de gehakte basilicum door de soep en warm de soep goed door.

Schep de soep in kommen en leg in iedere kom een plakje ciabatta.

Serveer de rest van het brood erbij.

Italiaanse tomatensoep met mozzarellabrood

2 sjalotten

1 ui

1 grote of 2 kleine courgettes

2 eetlepels olie

1 theelepel gedroogde basilicum

1 literblik gepelde tomaten

7 1/2 dl water

2 tomatenbouillontabletten

200 gr pastastrikjes

zout, peper

een dikke plak ham (100 gr)

1 klein stokbrood

1 Mozzarellakaasje

Pel de sjalot en ui en hak ze fijn.

Snijd de gewassen courgette in plakjes.

Verhit in een pan met dikke bodem de olie en fruit hierin de sjalot en ui

5 minuten.

Voeg de courgette en basilicum toe en bak ze al omscheppend enkele minuten mee.

Voeg de tomaten en het water toe en breng alles aan de kook.

Voeg de bouillontabletten toe en laat de soep ongeveer 10 minuten zachtjes koken.

Kook intussen in een andere pan de pastastrikjes in water met wat zout gaar.

Verwarm de grill of oven op de hoogste stand voor.

Snijd het brood in sneetjes en de kaas in plakjes.

Leg op ieder stukje stokbrood een plak kaas en leg de sneetjes op het bakblik.

Breng de soep op smaak met zout en peper.

Snijd de ham in blokjes en roer die samen met de pastastrikjes door de soep.

Gratineer de kaasboterhammen onder de grill of boven in de oven en serveer ze bij de soep.

Gebonden tomatensoep

60 gr boter

70 gr bloem

1 kg soeptomaten

1 liter bouillon

50 gr vermicelli

80 gr rundergehakt

30 gr tomatenpuree

zout, peper, peterselie en bieslook

Breng de bouillon aan de kook en voeg de gewassen soeptomaten toe.

Zeef de bouillon, als die met de gewassen soeptomaten 1/2 uur heeft gekookt, in een andere pan.

Hak de overgebleven tomaten fijn tot puree en voeg de puree bij het vocht.

Zet een pannetje op met de boter en de tomatenpuree en maak hier een roux van.

Kook de vermicelli in een pannetje gaar.

Vermeng zout, peper en het rundergehakt, rol er kleine balletjes van en kook die gaar in het vocht van de bouillon.

Schep de roux over in een grote pan en zet deze op een laag vuur.

**Voeg onder voortdurend roeren de bouillon met de gepureerde tomaten toe.
Laat de soep vervolgens een half uur zachtjes koken.
Was en hak de peterselie en de bieslook.
Voeg, nadat de soep 1/2 uur heeft gekookt, de vermicelli en de soepballetjes toe.
Breng de soep eventueel op smaak met zout en peper.
Voeg voor het serveren de peterselie en bieslook toe.**

Pittige gevulde tomatensoep

**3 tomaten
1/2 bakje champignons
1 grote ui (of 1 kleine ui en 1 kleine prei)
1/2 (groene) paprika
2 verse tomaten
1 blik tomaatstukjes
1 bouillontablet
melk
wat bloem
ketjap
cayennepeper, zwarte peper
basilicum (het liefst verse)**

**Snijd de champignons, de ui en de paprika in stukken en de verse tomaten in dunne halve plakjes.
Doe een klontje boter in een flinke soeppan en fruit daarin de champignons en de ui.
Strooi er naar smaak peper en cayennepeper over en voeg de basilicum toe.
Draai het vuur lager, strooi er wat bloem over (het mag flink wit worden) en roer die goed door.
Zet het vuur weer hoger, voeg 3/4 liter water toe en roer goed, zodat er geen klontjes in de soep komen.
Voeg dan het verkruidde bouillontablet, de stukjes tomaat uit blik en de paprika toe en roer opnieuw.
Leg het deksel op de pan en laat de soep 5-10 minuten zachtjes koken.
Roer nogmaals en voeg naar smaak ketjap toe.
Voeg de schijfjes tomaat en melk naar smaak toe en laat de soep nog even pruttelen.**

Snelle tomatensoep speciaal

**Bereid 1 pakje Chinese tomatensoep volgens de aanwijzingen op het pakje.
Snijd 2 stengels bleekselderij in boogjes en 2 bladeren ijsbergsla in reepjes. Warm de bleekselderij 5 minuten met de soep mee. Laat 75 gr mihoen in de soep gaar worden. Schep de sla en 1 eetlepel fijngehakte bakgember door de soep en serveer direct.**

Portugese tomatensoep

**100 gr magere spekblokjes
1 grote ui
1 teentje knoflook
1 blikje tomatenpuree
2 grote vleestomaten
peterselie
selderij
tijn
laurier
1 theelepel gedroogde basilicum
klein schepje suiker
2 eetlepels rijst
zout**

**Laat het spek zachtjes uitsmelten en fruit hierin de gesnipperde ui en knoflook, maar laat deze niet bruin worden.
Voeg er de tomaten bij, gepeld, van vocht en pitjes ontdaan en in stukken gesneden.
Laat die even meefruiten.**

Voeg er dan 1 1/4 liter water bij, waar de tomatenpuree, fijngehakte peterselie en selderij, wat tijm en laurier, de basilicum, suiker, zout en rijst zijn doorgeroerd. Laat de soep zo in ongeveer 20 minuten gaar koken. Strooi er wat verse peterselie over.

Madrileense tomatenbouillon

4 kleine tomaten
1 bosje peterselie of kervel
een paar blaadjes sla
1 liter krachtige bouillon uit blik of pot (geconcentreerd)
1/2 theelepel tomatenpuree (vermengd met wat druppels tabasco)
8 ronde schijfjes roggebrood
1 puntje magere smeerkaas
1 citroen

Maak in de onderzijde van de tomaten kruiselings 2 insnijdingen en leg ze daarna 2 minuten in kokend water.

Trek het velletje eraf en snijd de tomaten in vieren.

Druk het sap en de pitjes eruit en snijd het vruchtvlees in smalle reepjes.

Was de peterselie of kervel en de slablaadjes, laat uitlekken, trek ze met de vingers in stukjes en verwijder de dikke nerven uit de slablaadjes.

Verhit de bouillon tot net niet tegen het kookpunt voeg er de stukjes tomaat en het tuinkruid aan toe en laat het geheel nog 3 minuten op het vuur staan.

Maak de tomatenpuree met wat druppels tabasco extra pikant en roer hem door de soep.

Bestrijk de schijfjes roggebrood met een laagje smeerkaas en druk telkens 2 schijfjes tegen elkaar, met een slablaadje ertussen.

Schil de citroen dik, snijd het vruchtvlees in dunne plakjes en leg op elk paar roggeschijfjes een plakje citroen.

Dien de roggehapjes bij de dampende soep op.

Spaanse tomatensoep met verse groenten

500 gr (tros)tomaten
2 eetlepels olijfolie
2 fijngehakte teentjes knoflook
1 blikje tomatenpuree á 68 gr
1 pak gezeefde tomaten á 500 gr
2 rode uien in grove stukken
2 worteltjes in plakjes
2 stengels bleekselderij in plakjes
1 rood pepertje in ringetjes
2 laurierblaadjes
1 kruidenbouillontablet
peper, zout
2 takjes bladselderij

Ontvel de tomaten en snijd ze in stukken.

Verhit de olie in en ruime pan en fruit hierin de teentjes knoflook met de tomatenpuree.

Voeg de gezeefde tomaten, de uien, de stukken tomaat, de wortel- en bleekselderijplakjes, de peperringetjes, de laurierblaadjes, het bouillontablet en 3 dl heet water toe.

Laat de soep 20 minuten zachtjes koken.

Breng de soep op smaak met peper, zout en wat selderijblaadjes en serveer met boerenbrood en kleine (Spaanse) worstjes.

Franse tomatensoep met courgette

400 gr tomaten
1 ui
20 gr boter
1 courgette in plakjes
1 dl gebakken tomatensaus (uit een pakje)
2 runderbouillontabletten
1 blikje maïs
75 gr ontbijtspek
1 theelepel cayennepeper

zout

3 eetlepels fijngeknipte bieslook

Ontvel en ontpit de tomaten en snij ze in stukjes.

Fruit de fijngehakte ui in de boter goudbruin.

Voeg de tomaatstukjes en de plakjes courgette toe en bak deze 2 minuten mee.

Voeg 6 dl heet water, de tomatensaus en de bouillontabletten toe en laat de soep 20 minuten zachtjes koken.

Bak intussen het spek in een droge koekepan knapperig uit. Laat de uitgelekte maïs in de soep warm worden.

Breng de soep op smaak met cayennepeper en zout.

Garneer met wat fijngeknipt bieslook en de plakjes spek.

Zoetzure tomatensoep

Blancheer 800 gr rijpe tomaten, ontvel ze en snijd ze in stukjes.

Pel en snipper 1 ui.

Maak 1 prei (alleen het wit) en 2 sjalotten schoon en snipper ze fijn.

Verhit 3-4 eetlepels zonnebloemolie in een braadpan en fruit de ui, tomaat, sjalot en prei hierin 4 minuten.

Pureer dit mengsel.

Verwarm 1 1/4 liter kippenbouillon en meng er de tomatenmoes, 1/2 theelepel witte peper, zout naar smaak, 2 theelepels suiker en 1 theelepel gemberpoeder door..

Voeg eventueel 3-4 fijngehakte gemberbolletjes op siroop met 2 eetlepels siroop toe (laat de suiker dan weg).

Breng de soep aan de kook en laat haar ± 2 minuten pruttelen.

Vermeng 1 1/2 eetlepel maïzena met 3-4 eetlepels water en bind hiermee de soep al roerend.

Breng op smaak met fijngesneden sjalot of prei en serveer direct.

Chinese tomatensoep

1 liter bouillon

2 blikjes tomatenpuree

snufje komijn

zout

peper

1/2 eetlepel koriander

boter

1 prei

1 witte ui

2-3 cm verse gember

1 eetlepel suiker

1 citroen

chilisaus

Fruit in een anti-aanbakpan in boter de fijngesneden prei, ui, gember en tomatenpuree. Voeg citroensap, suiker, enkele druppels chilisaus, zout en peper, koriander en komijn toe.

Doe alles over in een ruime pan.

Giet hierbij de bouillon en warm de soep nog enkele minuten door.

Zoetzure Chinese tomatensoep

Zet een liter kippenbouillon op met 75 gr varkensgehakt en laat dit 1 uur zacht trekken.

Snijd een dunne prei in ringen, snipper een kleine ui en rasp een stukje verse gember van 1 1/2 cm.

Verhit in een soeppan 2 eetlepels olie en fruit hierin op halfhoog vuur de prei, ui en gember, 1/2 theelepel koriander en een snufje komijnpoeder.

Roer er, als het glazig is, 2 blikjes tomatenpuree bij en laat die even al roerend bakken.

Voeg dan het sap van 1 citroen, 1 eetlepel honing, wat peper en zout, de kipstukjes en de gezeefde bouillon toe en warm de soep nog een paar minuten door. Eventueel kunt u de soep wat binden.

Klop intussen een ei los met 1 1/2 lepel pangsitsaus en bak hiervan in een koekepan in wat boter een dunne omelet.

**Snijd deze in reepjes en verdeel die over de soepkommen.
Schep de tomatensoep erop.
Serveer de soep met kroepoek-chips en sweet-chilisaus.**

Gevulde Chinese tomatensoep

**6 kippepoten
3 blikjes tomatenpuree
1 bamipakket van 500 gr
ketjap manis
olie
sambal oelek
aardappelzetmeel
1 prei
1 winterwortel
1 grote ui
1/4 selderijknol
peperkorrels, foelie
Chinese specerijen naar keuze**

**Zet de kippepoten met koud water op breng het aan de kook en zet het vuur laag.
Voeg de winterwortel, prei, ui, knolselderij, foelie en gekneusde peperkorrels toe, leg het deksel op de pan en laat de soep op laag vuur ± 30 minuten koken.
Desgewenst kunt u de bouillon door een natte theedoek zeven.
Haal het vlees van de kippepoten.
Fruit de bamigroenten met de tomatenpuree in wat olie licht aan en voeg de bouillon toe.
Breng op smaak met bijvoorbeeld ve-tsin, gember en koenjit en voeg naar smaak ketjap en sambal toe.
Bind de soep licht met aardappelzetmeel en voeg tenslotte het gesneden kippevlees toe.**

Boerentomatensoep

**1 liter kippenbouillon
1 stuk zwoerd van spek of ham
1 ui
1 stuk winterwortel
2 eetlepels boter
2 eetlepels bloem
1 kg verse tomaten
1 laurierblad
peper, zout**

**Maak de bouillon zelf of neem een pot kant-en-klare bouillon.
Snijd het stuk zwoerd in stukjes en zet het in een droge pan even aan (het zwoerd geeft de tomatensoep een heel specifieke smaak).
Doe er dan de boter bij en fruit de gesnipperde ui en de in blokjes gesneden wortel daarin.
Strooi, als de ui glazig is, de bloem erover en laat die, al roerend, even gaar worden.
Giet dan scheutje voor scheutje de bouillon in de pan en blijf roeren tot de soep licht is gebonden.
Doe de in vieren gesneden tomaten en het laurierblaadje in de pan en laat de soep 20 minuten tegen de kook aan trekken.
Draai of druk de soep door een de zeef en breng haar op smaak met peper en zout.
Geef er stokbrood bij.**

Tomatensoep uit Dalmatië

**2 eetlepels olijf- of zonnebloemolie
1 schoongemaakte en kleingesneden ui
1 uitgeperst teentje knoflook
500 gr ontvelde en in stukjes gesneden tomaten
1 laurierblad
5 dl melk
25 gr rijst
100 gr gare doperwtjes (eventueel uit blik)
50 gr boter
zout, peper**

paprikapoeder

Verhit de olie in een flinke pan en fruit hierin de kleingesneden ui en de uitgeperste knoflook ± 3 minuten, zonder ze bruin te laten worden.

Voeg de stukjes tomaat en het laurierblad toe en breng het geheel aan de kook. Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en smoor het mengsel onder af en toe doorroeren ± 15 minuten.

Verwijder het laurierblad en pureer het tomatenmengsel in een mixer-blender of door een roerzeef.

Doe de puree terug in de pan en voeg de melk en de rijst toe.

Roer alles goed dooreen en breng de soep aan de kook.

Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat de soep ± 20 minuten zachtjes koken.

Voeg de doperwtjes en de boter toe en laat de soep nog ± 5 minuten zachtjes koken.

Maak de soep op smaak met wat zout, peper en paprikapoeder.

Serveer de soep zo warm mogelijk.

Oostenrijkse tomatensoep (Paradeissuppe)

750 gr rijpe tomaten

1/2 liter water

100 gr wortelen

1 ui

50 gr peterseliewortel

100 gr knolselderij

50 gr boter

30 gr bloem

bouillon

1 laurierblad

1 kruidnagel

10-20 gr suiker

citroensap

room

strooiaroma

suiker

zout

citroenschil

20 gr gekookte vermicelli of gekookte rijst

Was de tomaten, snijd ze in stukken, kook ze in het water in ± 15 minuten gaar en wrijf ze door een zeef.

Maak de groenten schoon, snijd ze klein en smoor ze in de boter half gaar.

Strooi er de bloem over en roer die met wat bouillon glad.

Voeg de groentemassa met alle kruiden bij de tomatenpuree en laat alles nog ± 15 minuten koken.

Zeef de soep en breng haar eventueel met wat strooiaroma op smaak.

Voeg tenslotte een scheutje room en de vulling toe.

Toscaanse soep met kerstomaatjes

1 pot bouillon met kippevlees

1 gele paprika in stukken

150 gr groene tagliatelle

1 klein pakje diepvriesdoperwtjes á 150 gr

1 bakje kerstomaatjes

1 eetlepel Italiaanse knoflookkruiden

peper, Zout

40 gr geraspte Parmezaanse kaas

Bereid de bouillon volgens de aanwijzingen.

Voeg de paprikastukjes, de tagliatelle en de doperwtjes toe.

Laat 6 minuten zachtjes koken.

Halveer de kerstomaatjes, voeg ze toe en kook nog 1 minuut.

Breng de soep op smaak met de kruiden en eventueel met wat peper en zout.

Verdeel de soep over de borden en bestrooi royaal met Parmezaanse kaas.

Serveer met Italiaans stokbrood.

Toscaanse tomatensoep met bleekselderij

250 gr ontbijtspek in blokjes

1 ui

1 liter gezeefde tomaten (2 pakken)

2 bouillonblokjes

1 glas rode wijn

250 gr tortellini

1 courgette

2 teentjes knoflook

1 theelepel basilicum

1 theelepel rozemarijn

1 theelepel oregano

1 theelepel tijm

2 stengels bleekselderij

Bak de blokjes ontbijtspek uit.

Snijd de ui in ringen en bak die even met de spekjes mee.

Breng de gezeefde tomaten met de bouillonblokjes en de wijn aan de kook, laat het zachtjes pruttelen en voeg de tortellini toe.

Snijd de courgette in halve schijfjes en voeg die aan de soep toe.

Knijp er de teentjes knoflook boven uit.

Voeg de basilicum, rozemarijn, oregano en tijm toe en laat de soep pruttelen tot alle ingrediënten gaar zijn.

Roer er tot slot de in stukken gesneden bleekselderij door.

Italiaanse tomatensoep met rode en gele tomaten

100 gr tagliatelle

zout

1 pot runderfond (400 ml)

1 dl droge witte wijn

1 tablet tomatenbouillon (Aroma Mediterraneo)

3 kleine rode en 3 kleine gele tomaatjes

5 takjes basilicum

peper

enkele verse blaadjes of wat gedroogde basilicum

4 soepstengels

4 plakjes rauwe ham

Kook de tagliatelle in ruim water met wat zout volgens de aanwijzingen op de verpakking gaar.

Breng intussen de fond met de wijn, het bouillontablet en 2 dl water aan de kook.

Was de tomaten en snijd ze overdwars in dunne plakjes.

Maak de takjes basilicum schoon en snijd de blaadjes in reepjes.

Voeg de tagliatelle aan de bouillon toe en warm goed door.

Schep er de tomaat en de basilicum door en breng de soep op smaak met wat peper en zout en warm nog 1 minuut goed door.

Verdeel de soep over 4 borden en garneer met wat basilicumblaadjes of gedroogde basilicum.

Serveer met de soepstengels, omwikkeld met de plakjes rauwe ham.

Sinaasappeltomatensoep

1 kg gepelde en ontpitte tomaatstukjes

gesnipperd uiwit en -groen van 1 voorjaarsui met loof

1 eetlepel citroensap

2 eetlepels olijfolie

1/2 theelepel honing

1/2 theelepel kerrie

1 theelepel versgehakte gember

peper, zout

3 dl gezeefd sinaasappelsap

1/2 liter magere yoghurt

Zet vooraf 4 soepkommen te koelen in de koelkast of diepvriezer.

Doe de tomaten en het wit van de voorjaarsui in een keukenmachine, voeg het citroensap, de olijfolie, de honing, de kerrie, de gember en peper en zout toe en mix alles tot een gladde puree.

Doe de puree in een kom en roer er het sinaasappelsap en de yoghurt door.

Dek alles af en zet het minstens 1 uur in de koelkast.

Dien de soep in de gekoelde soepkommen op en bestrooi met het gesnipperde uigroen.

Minestrone alla Borghese

(6 personen)

200 gr cannolicchiette (een pastasoort)

1 plak ham (50 gr)

1 teentje knoflook

1 eetlepel fijngehakte peterselie

50 gr boter

100 gr tomaten

1 kleine selderijknol

2 liter kippenbouillon

4 kleine aardappelen

2 gele pimentjes

4 courgettes

verse basilicum of peterselie

geraspte Parmezaanse kaas

Hak de ham fijn en fruit ze met de knoflook en de ui in de boter in een soeppan tot de ui begint te kleuren.

Voeg de gepelde en gehakte tomaten toe en laat sudderen.

Was en schil intussen de selderijknol en snijd die fijn.

Voeg na 10 minuten de selderij en de bouillon bij de soep (de groenten moeten NIET in de bouillon zwemmen; u moet er net genoeg bouillon bijgieten dat de groenten onder staan).

Doe er kruiden naar smaak bij en voeg na 15 minuten de in blokjes gesneden aardappelen toe.

Was de courgettes en snijd ze in dobbelsteentjes.

Haal het vel van de pimentjes, snijd ze doormidden, verwijder het zaad en snijd ze kleine reepjes.

Voeg, als de aardappelen half gaar zijn, de courgettes, de piment, de pasta en zo nodig meer bouillon bij de soep.

Kruid bij en laat de soep koken tot de pasta al dente is.

Doe er dan de gehakte basilicum of peterselie bij en serveer met geraspte kaas.

Tomaten-basilicumbrood

Kneed 1 1/2 dl handwarm water en 2 eetlepels tomatenpuree door 150 gr witbroodmix (Koopmans).

Kneed er 3 eetlepels in reepjes gesneden basilicumblad en 5 in stukjes gesneden zongedroogde tomaten uit olie door en laat het deeg, afgedekt met huishoudfolie, 10 minuten rijzen.

Kneed het deeg nogmaals door en vorm er een rond brood van.

Lat het deeg nog 35 minuten rijzen.

Verwarm de oven voor op 200°C en bak het brood in 20 minuten bruin en gaar.

Lekker bij minestrone-soep.

Minestrone alla Milanese

(10 personen)

250 gr gedroogde witte bonen

2 eetlepels boter

250 gr bacon in stukjes

1 grote gesnipperde ui

1 teentje knoflook

± 30 gr fijngeknipte peterselie

800 gr winterwortel in stukjes

4 stengels bleekselderij in stukjes

4 aardappelen in stukjes

500 gr ontvelde tomaten in stukjes

zout

200 gr gesneden witte kool

200 gr diepvries doperwten

1 courgette in stukjes

250 gr tortellini tricolore

± 20 gr fijngehakte basilicum

100 gr (versgeraspte) Parmezaanse kaas

Week de bonen ± 8 uur in ruim koud water.

Verhit de boter in een grote pan en bak de bacon en de ui ± 7 minuten zachtjes.

Pers de knoflook erboven uit.

Voeg de bonen met het weekwater, de peterselie, wortel, bleekselderij, aardappel en tomaat toe en doe er zoveel water bij dat de ingrediënten onder staan.

Breng de soep aan de kook en laat haar met het deksel op de pan ± 2 1/2 uur zachtjes koken.

Voeg dan de witte kool, doperwten, courgette, tortellini, basilicum en zout toe en verdun de soep zo nodig met water.

Kook de tortellini in ± 20 minuten zachtjes gaar.

Breng de soep op smaak met zout en peper.

Geef de Parmezaanse kaas er apart bij en serveer met bruschetta con pomodoro.

Bruschetta con pomodoro

(geroosterd brood met tomaat)

2 eetlepels olijfolie extra vierge

2 zeer fijngehakte ansjovisfilets

peper

1 bolletje mozzarella

4 dunne sneetjes boerenbruin of Italiaans bruinbrood

1 gehalveerd teentje knoflook

2 grofgehakte rijpe tomaten

Verwarm de grill voor op de hoogste stand.

Meng in een kommetje de olie en de ansjovisfilets en breng op smaak met peper.

Snijd van de mozzarella 4 plakjes af.

Rooster het brood vlak onder de grill aan beide zijden.

Wrijf de sneetjes brood in met knoflook, verdeel er het ansjovismengsel over, leg de tomaat en de plakje mozzarella erop en laat de mozzarella vlak onder de grill in ± 3 minuten smelten.

Tomatensoep met uien

(2 personen)

2 uien

3 takjes peterselie

1 eetlepel olijfolie

1 teentje knoflook

1 blik polpabella (tomatenstukjes, Grand'Italia)

1 dl droge witte wijn

1 kippenbouillontablet

1 theelepel tijm

zout, peper

suiker

Pel de uien en snijd ze in dunne ringen.

Knip de peterselie fijn.

Verhit de olie in een pan en bak de uiringen ± 5 minuten zachtjes.

Pers de knoflook erboven uit.

Voeg de polpabella, de wijn, 1 dl water, het bouillontablet en de tijm toe en kook de soep ± 10 minuten met het deksel op de pan.

Breng de soep op smaak met zout, peper en suiker en roer er de peterselie door.

Tomatenbouillon met garnalen

(2 personen)

250 gr tomaten
1/2 dl droge sherry
1/2 vis- of kruidenbouillontablet
1/2 theelepel sesamolie
1 theelepel sojasaus
50 gr Noorse garnalen
4 takjes verse koriander

Snijd de tomaten in stukjes.

Breng in een pan 2 1/2 dl water met de stukjes tomaat, de sherry en het bouillontablet aan de kook en kook de tomaten in ± 7 minuten zachtjes gaar.

Wrijf de tomatenbouillon boven een andere pan door een zeef en breng de bouillon op smaak met sesamolie en sojasaus.

Voeg de garnalen toe en warm de bouillon goed door.

Schep de tomatenbouillon met de garnalen in 2 borden en knip er de koriander boven fijn.

Mexicaanse tomatensoep
(2 personen)

3 dl tomatensap
1 eetlepel enchilada sausmix of taco seasoningmix (Casa Fiësta)
2 theelepels bouillonpoeder
1 bosuitje
1 blikje maïs (nettogewicht 150 gr)
8 tortillachips
2 eetlepels geraspte kaas

Breng het tomatensap met de sausmix, het bouillonpoeder en 1 dl water al roerend aan de kook en laat de soep ± 5 minuten zachtjes koken.

Maak het bosuitje schoon en snijd het in dunne ringen.

Giet de maïs af.

Roer de bosui en de maïs door de soep en warm de soep nog ± 2 minuten door.

Schep de soep in 2 kommen, verkruimel de tortillachips erboven en strooi er de kaas in.

Kervelsoep I

3 koppen gehakte kervel
3 grote geschilde aardappelen
1 liter water
1/2 zeer fijngesnipperde ui
scheutje koffieroom
peper, zout
150 gr gehakt
1 bouillontablet

Maak het gehakt aan met peper en zout en draai er kleine balletjes van.
Zet de balletjes op in het koude water met de bouillontablet en laat dit 5 minuten zachtjes doorkoken.

Rasp de aardappelen en laat ze meekoken, evenals de gesnipperde ui.

Laat alles ca 20 minuten zachtjes pruttelen.

Voeg de laatste 2 minuten de gehakte kervel toe.

Maak de soep op smaak af met peper, zout en koffieroom.

Kervelsoep II
(6 personen)

eetlepels boter
5 eetlepels bloem
1.4 liter kalfsbouillon
6-8 eetlepels kervel (alleen zachte takjes, fijngehakt, goed gepakt)
2-3 losgeklopte eidooiers
1/4 theelepel witte peper
1/2 theelepel zout

fijngehakte kervel

Smelt de boter tot ze begint te borrelen, voeg de bloem toe en fruit de bloem zachtjes al roerend ± 3 minuten (de bloem mag niet kleuren). Voeg geleidelijk de bouillon toe en kook de soep al roerend tot die glad en iets gebonden is.

Laat de soep nog 30 minuten koken, roer af en toe.

Voeg de kervel toe, laat de soep weer aan de kook komen en laat haar nog 1 minuut doorkoken.

Klop de eidooiers op met 1 1/4 dl hete soep; voeg dit mengsel weer aan de soep toe en laat de soep heet worden, maar niet meer koken.

Controleer de smaak op peper en zout en garneer de soep met fijngehakte kervel.

Of: dien de soep op met wat zeer fijngesneden knapperige kropsla erover gestrooid.

Kervelsoep III

40 gr boter

40 gr bloem

1 liter bouillon

1 eidooier

1 dl melk of 1/2 dl room

2 eetlepels zeer fijngehakte kervel of 1 eetlepel gedroogde kervel

Smelt de boter, roer er de bloem door en voeg al roerend geleidelijk de bouillon toe.

Laat de soep even doorkoken.

Klop de eidooier met de melk of de room goed los, giet er al roerend een gedeelte van de hete soep bij en giet het mengsel onder roeren terug bij de soep.

Voeg de kervel toe en dien de soep onmiddellijk op.

Kervelsoep IV

(2 personen)

20 gr boter

20 gr tarwemeel

4 dl groentebouillon

1/4 bosje kervel

zout en peper naar smaak

1/2 dl melk

Smelt de boter, voeg het tarwemeel toe en warm dit samen goed door.

Giet er beetje bij beetje de bouillon bij, breng het mengsel aan de kook en blijf steeds roeren, zodat een glad gebonden soep ontstaat.

Was de kervel en hak hem fijn.

Zet het vuur uit.

Maak de soep verder op smaak met zout, peper en melk en roer er op het allerlaatst de kervel door.

Kervelsoep met mandarijn

2 stevige kleine mandarijnen zonder pit

3 sinaasappels

2 gemberbolletjes

150 gr grotchampignons

1 blikje Culinair kervelroomsoep (netto 4 dl)

2 takjes kervel

keukenpapier

Schil de mandarijnen dik, tot op vruchtvlees.

Snijd met een scherp mesje voorzichtig de partjes tussen de vliesjes uit.

Pers de sinaasappels uit en vul het sap met water tot 3 dl aan.

Snijd de gemberbolletjes heel fijn en voeg ze aan het sinaasappelsap toe.

Veeg de champignons met keukenpapier schoon en snijd ze in plakjes.

Verwarm de soep en voeg al roerend het sinaasappelsap en de plakjes champignon aan soep toe.
Verwarm de soep nog ± 3 minuten zacht.
Verdeel de stukjes mandarijn over 4 soepkommen, schep de soep erop en knip er de Kervel boven fijn.

Peterseliesoep met kwarteleitjes
2 bosjes (blad)peterselie
1/2 sjalotje
1 eetlepel amandelen
30 gr boter
3 eetlepels bloem
1/2 liter kruiden- of kippenbouillon
8 kwarteleitjes
1 bekertje zure room
1 eetlepel citroensap
zout, peper, cayennepeper

Pluk de blaadjes van de peterselie, was die en laat ze uitlekken.
Pel het sjalotje, blancheer de amandelen, pel ze en hak ze met de peterselie (op 2 eetlepels na) fijn tot een puree.
Bereid een gebonden soep van de boter, de bloem en de bouillon en laat die 5 minuten zacht koken.
Kook intussen de kwarteleitjes 5 minuten, laat ze schrikken, pel en halveer ze.
Klop de zure room los met het citroensap en de peterseliepuree, klop dit bij de soep en breng deze al roerend tot tegen het kookpunt.
Breng op smaak met wat zout, peper, een snuf cayennepeper, verdeel de soep over de borden, leg de kwarteleitjes erin en Strooi er wat peterselie over.

Roomsoep turbigo
8 dl béchamelsaus
1 dl slagroom
geraspte Parmezaanse kaas
2 dl runderbouillon
6 rijpe tomaten
60 gr vermicelli
zout, peper

Pel de tomaten, ontpit ze snijd ze in grove stukken en laat die in de béchamel gaar koken.
Mix dit mengsel met de mixer fijn en passeer het door een zeef.
Kook de vermicelli in de bouillon gaar; haal de vermicelli den uit de bouillon, voeg de bouillon bij de soep en verwarm die nog even.
Geef er vlak voor het serveren de room en de vermicelli bij.
Serveer er de Parmezaanse kaas bij.

Aardappelsoep
25 gr boter
1 gesnipperde ui
3 uitgeperste teentjes knoflook
500 gr geschilde en in blokjes gesneden aardappelen
1 prei in ringen
100 gr worteltjes in plakjes
3 takjes bladselderij
een mespunt rozemarijn
1 1/2 bouillontablet met water (6 dl)
1 bekertje zure room (1/8 liter)
zout, (cayenne)peper
2 eetlepels geknipte bieslook

Smelt de boter in een braadpan en fruit hierin de ui en knoflook tot de ui glazig ziet.

Voeg de aardappelen, prei, worteltjes, bladselderij en rozemarijn toe en smoor dit 5 minuten mee.
Schenk er 2 1/2 deciliter heet water bij en laat het geheel in ongeveer 25 minuten gaar worden.
Wrijf de groenten en aardappelen door een zeef.
Verdun de aardappelpuree al roerend met de bouillon en laat dit onder af en toe roeren 3 minuten zacht koken.
Klop de zure room los en verdun dit al roerend met enkele lepels hete soep.
Schenk dit mengsel bij de resterende soep en laat het door en door warm worden, maar NIET meer koken.
Breng de soep op smaak met zout en peper en strooi de bieslook erover.

N.B.: Als de soep te dik is geworden, kunt u nog wat bouillon toevoegen.
Garneer de soep desgewenst nog wat met snippers ham of met uitgebakken en daarna verkruimeld rookspek.
Maak in het laatste geval de soep niet te zout.

Franse aardappelsoep
4 grote, bloemige aardappelen
2 preien
1/2 winterwortel
1 ui
1 teentje knoflook
200 gr ham met zwoerd aan een stukje
1 1/2 liter kruidenbouillon
versgemalen peper, zout
1 courgette
een paar takjes selderij

Snijd de aardappelen, preien en geschilde winterwortel in stukjes en kook ze samen met de gesnipperde ui, het teentje knoflook uit de pers en de ham in 20 minuten in de bouillon gaar.
Neem de ham eruit en snijd hem in reepjes.
Zeef de bouillon, pureer de aardappelen en groenten en doe de aardappel-groentepuree weer bij de bouillon terug.
Breng de soep op smaak met peper en voeg eventueel wat zout toe.
Snijd de ongeschilde courgette in luciferdunne reepjes en warm die samen met de hamreepjes 3 minuten in de soep mee.
Knip de selderij fijn en bestrooi de soep ermee.
Lekker met boerenbrood, besmeerd met boter.

Aardappel-preisoep met kip
zout, peper
1 bouquet garni (= stengel bleekselderij, takje tijm, blaadje laurier en takje peterselie)
1 panklare kip
100 gr ontbijtspek in reepjes
3 preien in ringen
500 gr stevige geschilde aardappelen in blokjes
2 eidooiers
1/8 liter slagroom

Breng 2 liter water met zout, peper en het bouquet garni aan de kook.
Voeg de kip toe en kook die in ± 1 uur gaar.
Neem de kip uit de pan en verdeel hem in stukjes.
Verwijder het bouquet garni.
Bak in een droge pan het spek uit.
Roer de prei erdoor en bak die ± 5 minuten zacht mee.
Roer het spek, de prei en de aardappel door de bouillon en kook de soep ± 15 minuten.
Meng de stukjes kip door de soep.
Klop de eidooiers met de slagroom los.
Roer er een beetje soep door en schenk al roerend dit mengsel in de soep.

**Laat de soep niet meer koken!
Breng op smaak met zout en peper.**

**Locro
(Mexicaanse aardappelsoep)**

**25 gr boter
2 kleingesneden uien
1 uitgeperst teentje knoflook
500 gr geschilde en in kleine blokjes gesneden aardappelen
5 dl runderbouillon
5 dl melk
100 gr gare doperwtjes (uit blik)
2 eieren
75 gr roomkwark
zout, peper**

**Verhit de boter in een pan en fruit hierin de kleingesneden uien en het uitgeperste teentje knoflook 3 minuten.
Voeg de blokjes aardappel, de bouillon en de melk toe en breng het geheel aan de kook. Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat de soep 20 minuten zachtjes koken tot de blokjes aardappelen gaar zijn.
Voeg de doperwtjes toe en laat de soep nog 5 minuten doorkoken.
Klop de eieren in een kommetje los met de kwark.
Neem de pan van het vuur. Roer het ei-kwarkmengsel door de soep en maak alles op smaak met wat zout en peper.**

**Maaltijdsoep met ham en prei
500 gr aardappelen (afkokers)
500 gr prei
40 gr boter
2 uien
2 teentjes knoflook
30 gr bloem
1 theelepel kerriepoeder
2 1/2 dl melk
3 kippenbouillontabletten
300 gr gekookte ham (dikke plak)
2 eetlepels kervel (potje)**

**Snijd de prei in smalle ringetjes.
Snipper de ui.
plet het teentje knoflook met de platte kant van een mes en snipper het ook.
Snijd de plak ham in smalle reepjes.
Hak de kervel fijn.
Schil de aardappelen en kook ze in 5 dl water.
Doe ze in een zeef, maar vang het kookvocht op.
wrijf ze met een houten lepel door de zeef en roer de puree door het kookvocht.
Smelt de boter in een pan met een dikke bodem.
Fruit de uien 3 minuten, roer de knoflook erdoor en voeg daarna de prei toe.
Schep alles 3 minuten om.
Strooi de bloem en het kerriepoeder erover en schep alles nog eens goed om.
Schenk er 1 liter koud water bij.
Blijf roeren tot alles weer aan de kook is gekomen en de soep licht gebonden is.
Laat de soep 8 minuten zachtjes koken.
Doe de melk en de dunne aardappelpuree erbij en voeg de bouillontabletten en de hamreepjes toe.
Blijf zolang roeren tot de soep opnieuw aan de kook is gekomen.
Voeg naar smaak wat peper en/of zout toe.**

Roer daarna de kervel erdoor.
Doe de soep over in een warme terrine.
Eet er een paar sneden beboterd boerenbruin bij.

Maaltijd-preisoep met kip en basilicumroom

300 gr kipfilet
1 dunne prei
4 voorgebakken bruine pistoletjes
1 zakje Edelprei-Crèmesoep (Knorr)
1 dl garderoom
2 eetlepels basilicumsaus (pesto)

Verwarm de oven voor op 225°C.
Breng in een pan 1 liter water aan de kook, voeg de kipfilet toe en laat die ± 5 minuten zachtjes koken.
Maak intussen de prei schoon, was hem en snijd het wit in dunne ringetjes.
Bak de pistoletjes in het midden van de oven in ± 8 minuten gaar.
Neem de kipfilet uit de pan en voeg het zakje preisoep al roerend aan de bouillon toe.
Breng de soep aan de kook en laat haar ± 5 minuten koken.
Roer af en toe om.
Snijd de kip in kleine stukjes en de pistoletjes in schuine plakken.
Klop de garderoom in een kom dik vloeibaar en roer er de basilicumsaus door.
Roer de blokjes kip door de soep en laat de soep door en door warm worden.
Verdeel de soep over 4 borden en schenk er de basilicumroom over.
Garneer met de preiringetjes en serveer met de pistoletjes.

Tomaten- maaltijdsoep met balletjes

250 gr rundergehakt
zout, peper
1 ui
1 teentje knoflook
1 eetlepel boter
1 pot rundvleesbouillon (340 ml)
7 1/2 dl tomatensap
50 gr rijst of vermicelli
1 kruidenbultje voor tomatensoep (Honig)
500 gr tomaten
1 dunne prei
Turks brood

in een kom het gehakt met wat zout en peper en draai er kleine balletjes van.
Pel de ui en de knoflook en snipper ze heel fijn.
Verhit de boter in een (soep)pan boter en fruit de ui en de knoflook ± 3 minuten heel zachtjes.
Voeg de bouillon, het tomatensap, de rijst, de gehaktballetjes en het kruidenbultje toe, breng de soep aan de kook en laat haar ± 10 minuten zachtjes koken.
Breng intussen ruim water aan de kook.
Kruis de tomaten in, dompel ze in het kokende water, spoel ze onder koud water af, ontvel ze, snijd ze in vieren en verwijder de pitjes.
Maak de prei schoon, was hem en snijd hem in heel dunne ringetjes.
Voeg de tomaten en de prei aan de soep toe en laat ze ± 5 minuten zachtjes meekoken.
Serveer de soep met Turks brood en geraspte kaas.

Tourain de Tournebride (maaltijdsoep)

80 gr geklaarde boter
400 gr gesnipperde uien
2 ragfijn gehakte teentjes knoflook
40 gr gezeefde bloem
8 ontvelde en in stukjes gesneden Hollandse pruimtomaten
3 kippenbouillontabletten
3 eierdooiers
3 eetlepels grof gehakte peterselie

peper, zout
8 sneetjes volkorenbrood

Verhit de boter en laat de uien, onder voortdurend omscheppen, boven matig vuur zachtjes fruiten tot ze glazig zien.

Schep de knoflook erdoor en strooi 1 minuut later de bloem erover.

Roer en schep alles enkele minuten om.

Schenk er 1/2 liter water bij en blijf roeren tot alles aan de kook is.

Roer de tomaten erdoor en laat alles 20 minuten zachtjes sudderen.

Roer het regelmatig door.

Leg een zeef op een andere pan en stort alles op de zeef.

Wrijf er zo veel mogelijk vaste delen door.

Breng de puree aan de kook, voeg 1 liter water toe, laat de bouillontabletten in de soep oplossen en houd de soep 5 minuten tegen de kook aan.

Klop de eierdooiers met 6 eetlepels soep los, roer dit mengsel door de soep en neem deze onmiddellijk van het vuur.

Strooi de peterselie over de soep, breng haar op smaak met peper en zout en roer alles nogmaals krachtig om.

Dien de soep op in grote wijde kommen die zijn belegd met sneden volkorenbrood.

Garbure
(maaltijdsoep met veel verse groenten)
(2-3 personen)

20 gr boter
200 gr ontbijtspek in grove blokjes
1 ui in ringen
2 teentjes knoflook
1 laurierblaadje
400 gr grote wortelen in plakjes
500 gr knolselderij in blokjes
400 gr gesneden groene kool
2 preien in stukken
klein blikje witte bonen (uitgelekt 240 gr)
fijngehakte peterselie
versgemalen zwarte peper

Bak in een grote braadpan in de boter het spek zachtjes uit.

Voeg de ui en de uitgeperste knoflook toe en laat dit ± 10 minuten zachtjes bakken.

Doe er het laurierblaadje, de wortelen en de knolselderij bij en laat die een paar minuten mee bakken.

Doe de groene kool en de prei erbij en schep even om.

Schenk zoveel kokend water in pan tot alle groenten onder staan.

Laat alles ± 30 minuten zachtjes koken.

Warm de laatste 5 minuten de witte bonen mee.

Roer er de peterselie door.

Breng de soep op smaak met zout en peper.

Maaltijdsoep uit Béarn

2 ganzenbouten
zout
4 geschilde, grofgeraspte winterwortels
1 geschilde, grofgeraspte selderijknol
500 gr geschilde, grofgeraspte aardappelen
500 gr schoongemaakte witte kool in smalle reepjes
2 schoongemaakte preien in smalle ringen
2 gepelde uien in smalle ringen
versgemalen peper
4 sneden geroosterd brood
4 eetlepels geraspte kaas
50 gr gesmolten boter

Breng de ganzenbouten aan de kook in een pan met 2 liter water en wat zout.
Zet het vuur laag, leg het deksel op de pan en laat de bouten ± 1 uur

zachtjes koken.

Voeg de wortels, selderij, aardappelen, kool, preien en uien toe en laat het geheel nog 1 uur zachtjes koken tot alles gaar is.

Breng de soep op smaak met wat zout en peper.

Schep de ganzenbouten uit de soep, neem het vlees van de botjes en snijd het in stukjes.

Doe de soep en het ganzenvlees in een ovenvaste schaal, leg het geroosterde brood op de soep en strooi er de geraspte kaas over.

Schenk de gesmolten boter over de kaas en zet de schaal onder de voorverwarmde ovengrill tot de kaas is gesmolten en een goudbruin korstje heeft gekregen.

Gemengde bonenmaaltijdsoep (8 personen)

500 gr runderstoofvlees

2 uien

75 gr magere rookspek-reepjes

3 eetlepels olie

2 eetlepels tomatenpuree

2 teentjes knoflook

1 rode en groene paprika

1/4 liter rode wijn

1 pot runderbouillon

1 liter water

1 takje tijm

2 laurierblaadjes

3 zoetzure augurken

2 aardappelen

1/2 liter blik tomaten met vocht

1/2 liter blik of pot witte bonen

1/2 liter blik flageolets

1/2 liter blik of pot bruine bonen

zout, peper, paprikapoeder

geraspte oude kaas

sweet-chilisaus

Snijd het stoofvlees klein.

Snipper de uien en bak ze met de spekreepjes in de olie bruin.

Voeg op laag vuur de tomatenpuree, de uitgeperste knoflook en de gesnipperde paprika's toe en bak ze 5 minuten mee.

Voeg de wijn, runderbouillon, het water, de kruiden, de in plakjes gesneden augurken en de in blokjes gesneden aardappelen toe, breng het geheel aan de kook en laat de soep 20 minuten zachtjes koken.

Voeg De in stukjes gesneden tomaten en de bonen met het vocht toe en laat de soep nog 10 minuten zachtjes koken.

Serveer de soep met geraspte oude kaas en sweet-chilisaus.

Maaltijdsoep met vis

400 gr kabeljauwfilet (eventueel diepvries)

2 theelepels kerriepoeder

peper, zout

2 stengels bleekselderij

100 gr spinazie

2 kippenbouillontabletten

250 gr soepgroenten

tabasco

2 eetlepels fijngeknipte bieslook

Laat de kabeljauwfilet ontdooien.

Halveer de stukken vis en wrijf ze in met het kerriepoeder en peper en zout.

Maak de bleekselderij schoon, schil de stengels met een dunschiller, zodat de harde draden worden verwijderd en snijd de stengels in dunne plakjes.

Was de spinazie en laat de blaadjes goed uitlekken.

Breng 9 dl water met de bouillontabletten aan de kook, voeg de bleekselderij, de soepgroenten en de vis toe en kook ± 5 minuten tot de vis gaar is.

Neem de vis met een schuimspaan uit de pan en houd hem warm.
Schep de spinazie door de soep, warm de soep goed door en breng eventueel op smaak met peper en tabasco.
Verdeel de soep over 4 diepe borden, leg in elk bord een stukje vis en garneer met de bieslook.
Lekker met een hard wit broodje met (gezouten) boter.

Engelse maaltijdsoep
400 gr lamsvlees in blokjes
50 gr vet spek in blokjes
25 gr boter
2 uien
tijm, laurier, peterselie, selderij
500 gr erwtensoepgroenten
200 gr aardappelen
kummel, kruidnagelpoeder
zout, peper

Bak het spek uit in de boter.
Snipper de ui en fruit deze, samen met het vlees in het vet even aan.
Voeg 2 liter water toe met de tijm, laurier, peterselie en selderij en breng dit aan de kook.
Voeg na 2 uur zachtjes trekken de kleingesneden aardappelen, soepgroente en een theelepel kummel toe en laat de soep nog 30 minuten zachtjes koken.
Breng op smaak met een snufje kruidnagelpoeder, peper en zout.

Schotse maaltijdsoep met kip en prei
1 kip van ± 1 1/4 kg
1 kg prei
1 laurierblad
1 mespuntje tijm
Zout, peper
200 gr gedroogde pruimen zonder pit
50 gr gort

Breng in een pan met 2 liter water de kip met de prei, het laurierblad, de tijm en wat zout en peper aan de kook.
Temper vuur, leg het deksel op de pan en laat alles ± 1 uur zachtjes koken tot de kip gaar is.
Haal de kip uit de pan en laat haar afkoelen.
Voeg de pruimen en de gort aan de soep toe en laat alles nog 30 minuten zachtjes koken.
Ontvel de gare kip, neem het vlees van de botten en snijd dit in niet al te kleine stukken.
Voeg het kippevlees aan de soep toe en warm het even mee.
Geef er vers bruin- of volkorenbrood en boter bij.

Zwitserse maaltijdsoep
25 gr gedroogde groene erwten
25 gr sperziebonen
75 gr gekookte ham
1 laurierblaadje
2 kruidnagels
3 uien
2 eierdooiers
2 teentjes knoflook
50 gr vet
125 gr worteltjes
125 gr bloemkool
125 gr spruitjes
125 gr aardappelen
1/ dl slagroom

Voor de balletjes:
50 gr boter
1 ei

80 gr bloem
2-3 eetlepels slagroom
zout, peper, nootmuskaat

Week de gedroogde erwten en sperziebonen met de ham en de kruiden één nacht in 1 liter koud water.

Hak de geschilde uien en de teentjes knoflook en fruit ze in hete boter goudgeel.

Voeg alle verse groenten eraan toe en laat ze 2 minuten smoren.

Voeg er de geweekte ingrediënten en het vocht aan toe en laat 35 minuten koken.

Haal de ham eruit, snijd hem in reepjes en voeg die er weer aan toe.

Bind de soep met de eierdooiers, die eerst met slagroom zijn vermengd; laat niet meer koken.

Roer voor de balletjes de boter tot crème, roer daar het ei, de bloem en de slagroom door en kruid dit.

Vorm van deze massa met een theelepel balletjes en laat die in gezouten water 5 minuten zachtjes koken.

Haal de balletjes met een schuimspaan uit het water en laat ze in de soep glijden.

Maaltijd-groentesoep

40 gr reuzel

1 middelgrote ui

250 gr soepgroenten (bijvoorbeeld boontjes, doperwten, wortelen, tomaten, witte of groene kool, koolraap, peterselie(wortel))

1-2 eetlepels bloem

bouillon of water

bloemkoolroosjes

dobbelsteentjes aardappel

peper, zout

karwijzaad

Hak de ui en fruit hem in het hete vet goudgeel aan.

Voeg de gesneden soepgroenten toe en fruit die mee tot ze halfgaar zijn.

Bestuif met de bloem en laat door fruiten tot de bloem lichtbruin is gekleurd.

Voeg bouillon of water toe, roer goed door en breng aan de kook.

Voeg de bloemkoolroosjes en de dobbelsteentjes aardappel toe en breng de soep op smaak met peper, zout en wat karwijzaad.

Voeg, als u water gebruikt, eventueel een bouillonblokje toe.

Laat de soep verder koken tot de groenten net gaar zijn.

Riviervissen in 't groen (maaltijdsoep)

2 forellen

2 kleine rivierpalingen

2 sjalotten

1 dl droge witte wijn

4 gekookte rivierkreeftjes

50 gr spinazie

10 gr zuring

10 gr kervel

50 gr peterselie

1 koffielepel aardappelmeel

boter

1 bosje waterkers

4 schijfjes citroen

peper, zout

uw vishandelaar, de forellen te fileren en de paling schoon te maken en neem het forelafval mee naar huis.

Snijd de forelfilets schuin in ruiten.

Was de paling zorgvuldig en snijd ze in stukjes van ± 5 cm lang.

Pel de sjalotten en snipper ze fijn.

Breng 1 liter water met de wijn, de sjalotnsnipper, peper en zout aan de kook, voeg er het visafval aan toe en laat ± 15 minuten koken.

Giet de bouillon vervolgens door een zeef.

Maak de spinazie, de zuring, de kervel en de peterselie schoon, was ze en snijd alles klein.

Voeg er de gezeefde visbouillon aan toe en mix alles fijn.

Giet de groene soep door een zeef en breng haar opnieuw aan de kook.

Los het aardappelmeel in wat water op en bind de soep hiermee.

Breng op smaak met peper en zout.

Kruid de forelruitjes en de palingstukjes met peper en zout.

Smelt in een anti-aanbakpan een klontje boter en bak de stukjes riviervis hierin ± 5 minuten.

Verwarm intussen de rivierkreeftjes in een bodempje bouillon.

Was de waterkers en laat die uitlekken.

Verdeel de groene soep over 4 soepborden en schik de gebakken vis in het midden.

Versier met enkele waterkersblaadjes en een citroenschijfje.

Leg er tenslotte een rivierkreeftje bovenop.

Traditionele Chinese maaltijdsoep met eiermie

2 nestjes eiermie, ± 100 gr

8 gedroogde Chinese champignons

2 dl kippenbouillon

1 losgeroerd ei

zout en peper

2 theelepels sesamolie

1 teentje knoflook

2 schijfjes verse gemberwortel

250 gr gaar kippe- of varkensvlees in reepjes

150 gr Chinese kool in reepjes

1 middelgrote prei, in ringetjes

1 blikje bamboescheuten in reepjes

3 eetlepels Chinese sojasaus

Bereid de mie zoals aangegeven op de verpakking.

Spoel de mie af onder stromend koud water.

Laat hem goed uitlekken.

Leg de gedroogde champignons in een kommetje.

Schenk zoveel kokend water erover dat ze goed onder staan.

Week ze ± 30 minuten.

Verwijder daarna de stelen en snijd de hoeden in smalle reepjes.

Zeef het weekvocht en voeg 2 dl hiervan toe aan de bouillon.

Voeg aan het losgeroerde ei wat zout, peper en de sesamolie toe.

Bak hiervan een omeletje.

Laat de omelet afkoelen en snijd hem in smalle reepjes.

Verhit de olie in een wok.

Fruit hierin 30 seconden de knoflook en de gemberwortel.

Verwijder ze daarna uit de olie.

Bak dan onder voortdurend omscheppen het vlees even in de olie en voeg vervolgens de kool, prei, bamboescheuten en paddestoelen toe.

Schep alles enkele malen goed om.

Doe daarna de bouillon erbij en laat alles 5 minuten zachtjes koken.

Doe de mie erbij.

Laat de soep nog 1 minuut koken.

Voeg de sojasaus en eventueel nog wat zout toe.

Schep de soep in kommen of borden en strooi de reepjes omelet erover.

Vegetarische maaltijdsoep

1 prei

200 gr panklare worteltjes

1 courgette

1 teentje knoflook

20 gr boter

1 pakje tomaten-groentesoep

150 gr tortellini met kaas (Grand'Italia)

1 pot witte bonen (360 gr)

1 eetlepel fijngehakte peterselie

Was de prei en snij hem in ringen.
Snij de worteltjes in schuine plakjes.
Was de courgette, snij hem in dikke plakken en snijd die in vieren.
Pel en snipper de knoflook.
Verhit de boter in een pan en fruit de prei, de worteltjes en de knoflook daarin 5 minuten.
Klop het soeppoeder met 1 1/2 liter koud water los en roer het bij de gebakken groenten.
Breng de soep al roerend aan de kook.
Voeg na 2 minuten de tortellini en na 6 minuten de courgette toe en laat de courgette afgedekt in ± 15 minuten gaar koken. Roer af en toe.
Voeg de laatste 2 minuten de bonen toe.
Strooi voor het serveren de peterselie over de soep.
Lekker met bruin stokbrood.

Uiensoep
150 gr uien in ringen
10 gr boter
5 dl bouillon van tablet
versgemalen peper
1 eetlepel witte wijn of een scheutje cognac
30 gr geraspte kaas
2 sneetjes stokbrood

Fruit de uien in de boter tot ze glazig zien.
Maak de bouillon, doe deze bij de gefruite ui en laat dit samen ± 30 minuten zachtjes doorkoken.
Maak de soep af met peper en wijn of cognac.
Doe de soep in vuurvaste kommen.
Bestrooi de sneetjes stokbrood dik met kaas en leg ze op de soep.
Plaats de kommen op het rooster in een hete oven of onder de hete grill en laat de kaas gratineren.

Uiensoep II
1 kg uien in ringetjes
boter om te bakken
1/2 liter droge witte wijn
1 liter (kippen)bouillon
10 knoflooktenen
(1/4 dl madeira)
grofgemalen peper, zout
3 laurierbladeren
geraspte oude kaas

Smelt de boter in een grote pan en fruit de uiringen daarin glazig.
Blus af met de witte wijn, voeg de laurierbladeren en de gemalen peper toe en laat dit kort opkoken.
Voeg de bouillon toe en breng op smaak met peper en zout (en madeira).
Leg 1 sneetje wit (stok)brood in een ovenvaste kom, giet de soep erover, bestrooi met geraspte kaas en laat die onder de grill kort gratineren.

Uiensoep III
4 grote, in dunne ringen gesneden uien
50 gr boter
1-2 gesnipperde tenen knoflook
1/2 theelepel peper
1/2 theelepel suiker
20 gr bloem
1 liter bouillon (bij voorkeur zelfgemaakt)
2 dl droge witte wijn
4 sneden witbrood zonder korst
8 eetlepels geraspte oude kaas

Smelt de boter en fruit de uien en de knoflook daarin 15 minuten.
Voeg de suiker, de peper en de bloem toe en laat het geheel 5 minuten smoren.
Doe er de bouillon en de wijn bij en laat de soep 15 minuten koken.
Proef of er zout of peper bij moet.
Schenk de soep in soepkommen en leg het brood op de soep.
Bestrooi met de kaas en zet de kommen onder de voorverwarmde grill tot de kaas goudbruin is.
Serveer direct.

Uienroomsoep

300 gr uien
2 kleine sjalotten
25 gr boter
1 1/2 eetlepel bloem
2-3 theelepels mosterd
6 dl koude bouillon (van tablet)
3 oude witte boterhammen
3 lente-uitjes
25 gr kruidenboter
1 1/2 dl slagroom
peper
(1 eetlepel gehakte peterselie)

Pel en snipper de uien en sjalotten.
Smelt de boter in een pan en fruit hierin de uien en sjalot zacht en glazig, zonder te kleuren.
Roe de bloem en mosterd erdoor en laat dit 2 minuten zachtjes pruttelen.
Roer voorzichtig de bouillon erdoor en breng het geheel al roerend aan de kook.
Laat de soep 25 minuten zachtjes koken.
Pureer de soep in een keukenmachine of wrijf ze door een zeef.
Snijd de korsten van de boterhammen en snijd ze in blokjes.
Maak de lente-uitjes schoon en snijd ze in ringetjes.
Verhit de kruidenboter in een koekepan en bak hierin de broodblokjes rondom bruin.
Breng intussen de soep aan de kook, roer de room erdoor en breng hem op smaak met peper en eventueel zout.
Verdeel de soep over 4 borden of kommen en schep de broodblokjes met lente-uitjes op de soep.
Bestrooi eventueel met gehakte peterselie.

Uien-aardappelsoep

4 grote uien
2 aardappelen
2 lepels boter
eventueel 1 lepel spekblokjes
tijm, laurier, paprikapoeder
zout, peper
blokjes brood
geraspte kaas

Snipper de uien en snijd de aardappelen in dobbelsteentjes.
Fruit dit in de boter eventueel samen met de spekblokjes.
Strooi er 2 theelepels paprikapoeder over.
Fruit alles zo zachtjes dat het geheel niet gaat bakken of branden.
Giet er 1 1/2 liter warm water op, voeg de tijm en laurier en wat zout toe en laat het geheel in goed 20 minuten gaar koken.
Voeg nog wat peper toe, strooi op de soep gebakken blokjes brood en geraspte kaas.

Uien-tomatensoep met ei **(recept uit Madeira)**

Deze soep is op het eiland Madeira overal verkrijgbaar. Het typische ervan is dat het ei in de soep wordt gekookt.

Snijd 2 tomaten en 1 ui fijn en bak de uisnippers met een beetje (olijf)olie in een soeppan.

Doe er water, de tomaten, 2 laurierbladeren, 1 groentebouillontablet en naar smaak verse knoflook bij.

Laat het geheel aan de kook komen en zachtjes verder pruttelen.

Voeg om de soep te binden een blikje tomatenpuree toe.

Breek per persoon op de rand van de soeppan 1 ei en laat dit langzaam in de hete soep glijden (roer niet).

Na een paar minuten is het eiwit gestold en het eigeel erin zacht gekookt.

Schep het complete ei met een soeplepel uit de pan en serveer het op de soep.

Uiensoep met tijm

1 eetlepel (olijf)olie

350 gr uiensoepgroente

1 eetlepel balsamicoazijn

1 kruidenbouillontablet

wat verse tijm

zout, (versgemalen) zwarte peper

80 gr harde Hollandse geitenkaas aan een stukje

Verhit de olie in een pan en bak daarin de uiensoepgroente ± 3 minuten al omscheppend.

Voeg 3/4 liter water en de azijn toe en breng het geheel aan de kook.

Verkruimel het bouillontablet boven de soep en laat het oplossen.

Ris de tijmblaadjes boven de pan van de takjes.

Laat de soep ± 7 minuten afgedekt op laag vuur koken.

Snijd de kaas intussen in kleine blokjes.

Breng de soep met zout en peper op smaak.

Schep de soep in 4 soepkommen en verdeel er de blokjes kaas over.

Serveer de soep met geroosterd brood.

Franse uiensoep I

500 gr uien in ringen

4 gesnipperde teentjes knoflook

40 gr boter

2 eetlepels bloem

1 liter bouillon

zout, versgemalen peper

4 sneetjes stokbrood of casino

100 gr geraspte kaas

Verwarm de boter in een pan en leg hier de uien met de knoflook op.

Fruit ze tot ze goudgeel zijn.

Voeg dan de bloem toe en laat deze al roerend ook licht van kleur worden.

Verwarm het geheel onder goed roeren vijf minuten door.

Schenk er dan geleidelijk de bouillon bij, onder voortdurend roeren, zodat er een gebonden soep ontstaat.

Laat de soep met het deksel op de pan 20 minuten op laag vuur koken.

Voeg vervolgens zout en peper naar smaak toe.

Rooster de sneetjes brood of bak ze in boter bruin.

Leg in ovenvaste soepkommen een sneetje brood en schenk hier de uiensoep over uit.

Verdeel er rijkelijk de geraspte kaas over en zet de soepkommen 10 minuten in een voorverwarmde oven (200°C, stand 4).

De kaas dient mooi goudbruin te worden.

Franse uiensoep II

4 grote uien

50 gr boter

25 gr bloem

zout, versgemalen peper

**1 liter bouillon
8 kleine sneetjes geroosterd brood
125 gr geraspte kaas**

Snijd de schoongemaakte uien in dunne plakjes en smoor deze in de boter 10 minuten op een zacht vuur - ze mogen niet bruin worden.

Strooi de bloem erover en laat die al roerend heel lichtbruin leuren.

Strooi er wat zout en veel versgemalen peper over en schenk er al roerend de bouillon bij.

Laat de soep een half uurtje koken.

Doe de uiensoep in ovenvaste soepkommen of anders in een grote schaal, leg hierop de sneetjes geroosterd brood en bestrooi die dik met geraspte kaas.

Laat de kaas onder de grill of boven in een warme oven lichtbruin kleuren.

Franse Uiensoep III

**400 gr uien
50 gr boter
3/4 liter runderbouillon
1 mespunt bruine suiker
versgemalen peper
4 sneetjes witbrood of stokbrood
100 gr geraspte Emmentaler of Goudse kaas**

Pel de uien en snipper ze fijn.

Smelt de boter en fruit hierin op een zeer matig vuur de uien goudgeel.

Giet er de bouillon bij, breng op smaak met de suiker, voeg er royaal peper aan toe en laat daarna de soep 20 minuten zachtjes doorkoken.

Rooster intussen sneetjes brood.

Verwarm de grill voor, schep de soep in ovenvaste soepkommen, leg in elk een sneetje geroosterd brood (zo nodig op maat snijden) of een stukje stokbrood en bestrooi rijkelijk met geraspte kaas.

Plaats de soep nu zolang onder de grill tot de kaas smelt en begint te kleuren.

Serveer dan onmiddellijk.

Uiensoep met wortel en bier

Voor de bouillon:

**500 gr runderlappen
1 1/2 liter water
1 laurierblad
1/2 ui
1 mespunt foelie
15 peperkorrels
1/2 theelepel gedroogde tijm
4 takjes selderij
zout**

Voor de vulling:

**600 gr uien
400 gr wortelen
2 eetlepels olie
1 flesje bier
paprikapoeder
2 eetlepels gehakte selderij**

Snijd het vlees in stukken.

Breng het water aan de kook, voeg het vlees toe, breng het opnieuw aan de kook en schep het schuim af.

Laat het vlees ± 25 minuten in een open pan trekken.

Voeg het laurierblad, de in stukken gesneden ui, de foelie, peperkorrels, tijm en gewassen selderij toe en laat de bouillon nog 1 1/2 uur in een open pan op een zacht vuur trekken.

Schep het vlees uit de pan, houd het apart en zeef de bouillon.

Maak de uien en de wortelen schoon en snijd ze respectievelijk in ringen

en in plakjes.

Verhit in een pan met dikke bodem de olie en fruit hierin de uien 5 minuten.

Voeg de wortelen toe en bak ze enkele minuten mee.

Schenk de gezeefde bouillon en het bier erbij en breng alles aan de kook.

Laat de bouillon nog 20 minuten zachtjes koken.

Voeg het vlees toe en breng de soep op smaak met paprikapoeder, peper en zout.

Strooi er vlak voor het serveren de selderij over.

Serveer deze soep met bruin brood, belegd met kaas.

U kunt de soep ook pittig gratineren.

Besmeer sneetjes stokbrood dik met blauwe kaas, leg die in de met hete soep gevulde kommen en zet het geheel even onder een hete grill tot de kaas is gesmolten.

Zomerse uiensoep

1 eetlepel Koudegeperste olijfolie

4 bosjes voorjaarsui, het wit in stukjes van 3 cm, het groen in rondjes

2 liter ongezoeten kippenbouillon

1 takje dragon

1 theelepel zout

versgemalen zwarte peper

Verhit de olie in een zware steelpan op een matig vuur.

Doe het wit van de voorjaarsuien erin en sauteer dat ± 2 minuten tot de ui zacht is.

Giet de bouillon erbij en voeg de steeltjes van de dragonblaadjes, het zout en wat peper toe.

Zet het vuur wat lager en laat het mengsel zonder deksel op de pan 30 minuten sudderen.

Haal dan de steeltjes van de dragon uit de soep en voeg de dragonblaadjes en het groen van de voorjaarsui toe.

Laat de soep nog ± 4 minuten opstaan tot het groen van de voorjaarsui zacht is.

Uien- en speksoep

8 plakken spek

8 uien

zout, peper

een oud stokbrood

Parmezaanse kaas

4 eetlepels room

Sauteer de plakken spek tot ze knapperig zijn; haal ze uit de pan en snijd ze in reepjes.

Sauteer de in dunne ringen gesneden uien tot ze zacht zijn; haal ze uit de pan en verwijder het vet.

Doe de uien terug in de pan met 1 1/4 liter water en peper en zout en laat ze 30 minuten sudderen.

Bedek de bodem van een ovenschotel met sneetjes oudbakken stokbrood en bedek die laag met geraspte Parmezaanse kaas.

Sprenkel 2 eetlepels room over de kaas en bedek met een laag spek.

Herhaal deze procedure.

Voeg de hete uiensoep toe en verhit de schotel 10 minuten in een hete oven (200°C, stand 6).

Uiensoep met gerookte spekreepjes en marjolein

2 takjes selderij

1 wortel

1 prei

500 gr ui

2 eetlepels arachide- of maïsolie

1 runderschenkel

1 takje tijm

1 blaadje laurier

1 teentje knoflook

boter
50 gr gerookt spek
1 eetlepel verse marjoleinblaadjes
peper, zout

Maak de selderij, de wortelen en de prei schoon en snijd ze in grove stukken.
Pel de uien, snijd 1 ui eveneens in grove stukken en voeg deze bij de rest van de groenten.

Verhit de olie in een pan en bak de schenkel.

Voeg de gesneden groenten toe en bak ze even mee.

Voeg de tijm, het laurierblad, het in de schil platgedrukt knoflookteentje en peper en zout toe.

Schenk er 1 1/2 liter water bij en laat het geheel ± 3 uur zachtjes koken.

Halveer de overige uien, snijd ze in dunne ringen in stoof die in een klontje boter.

Snijd het spek in reepjes en voeg ze bij de uiringen.

Zeef de bouillon en giet hem bij de uien.

Laat nog enkele minuten koken en voeg dan de marjolein toe.

Serveer bij deze soep stokbrood en eventueel gemalen Parmezaanse kaas.

Tip: De verse marjolein kunt u vervangen door gedroogde oregano. Voeg die dan wel al bij het stoven van de uien toe.

Uiensoep met gember
(2 personen)

3 uien
2 bolletjes gember
25 gr boter
2 theelepels kerriepoeder
1 vleesbouillontablet
2 eetlepels gembersiroop
2 sneetjes witbrood
2 eetlepels geraspte oude kaas
25 gr Danablu

Pel en snipper de uien heel fijn.

Hak de bolletjes gember fijn.

Verhit de boter in een pan en bak de ui met de gember al omscheppend bruin.

Bak het kerriepoeder ± 1 minuut mee.

Voeg 1/2 liter water, het bouillontablet en de gembersiroop toe en laat de soep ± 10 minuten zachtjes koken.

Rooster de sneetjes brood en snijd ze in de maat van de soepkommen.

Strooi de geraspte kaas op de sneetjes en verkruimel de Danablu erboven.

Schep de soep in 2 ovenvaste soepkommen en leg de sneetjes brood erin.

Schuif de kommen onder de voorverwarmde grill en laat de kaas in ± 3 minuten smelten.

Knoflooksoep I
(8 personen)

20-25 gepelde teentjes knoflook
4 eetlepels olijfolie
2 liter kippenbouillon
1 kippenbouillontablet
1 eetlepel sojasaus
1/4 theelepel salie
1/4 theelepel zwarte peper
2 kruidnagelen
1/2 theelepel oregano
1/2 theelepel tijm
1/2 theelepel paprikapoeder
8 takjes peterselie
6-8 eetlepels droge sherry
8 sneetjes geroosterd stokbrood
8 eetlepels geraspte Gruyère kaas

8 eetlepels geraspte Parmezaanse kaas

Fruit de knoflook in de olie tot ze net goudbruin begint te worden.
Voeg de bouillon, het bouillonblokje, de kruiden en de specerijen toe.
Sluit de pan, breng de soep aan de kook en laat haar een uur sudderen.
Zeef de soep, warm haar op en controleer op smaak.
Voeg vlak voor het opdienen de sherry toe.
Schep de soep in verwarmde ovenvaste kommen, leg er een sneetje geroosterd brood op, bestrooi dit met de kaas en zet de soep onder de grill tot de kaas is gesmolten.

Variatie:

Gebruik geen kaas; leg een sneetje geroosterd brood in de kom met daarop een klein rauw ei; schep de soep over het ei, zodat het wordt gepocheerd en garneer met koriander.

Knoflooksoep II

Breng 2 1/2 liter water aan de kook met daarin 30-40 gepelde teentjes knoflook en 4 middelgrote aardappelen in blokjes.
Voeg, als het water kookt, 2 bouillonblokjes toe laat die oplossen.
(‘Echte bouillon’, getrokken van bijvoorbeeld runderpoelet, mag natuurlijk ook, maar bedenk wel dat de knoflook van zichzelf al een zeer sterk aroma heeft).
Draai het vuur laag en doe er vervolgens een klein scheutje olijfolie, Italiaanse kruiden, 2 kruidnagels, een takje peterselie, een laurierblaadje, een paar gekneusde peperkorrels, en wat salie bij.
Laat alles zacht koken tot de knoflookteentjes en de aardappelblokjes zeer gaar zijn geworden.
Giet de bouillon door een zeef in een andere pan.
Stamp de overblijvende massa in de zeef met een vork of lepel fijn en wrijf hem door de zeef, waarbij u de onderkant van de zeef steeds goed moet schoonmaken.
Breng de soep tenslotte op temperatuur, voeg zo nodig naar smaak zout en peper uit de molen toe en bestrooi de soep met pikante gemalen kaas (maar neem beslist geen Parmezaanse kaas -uit een pakje).
Serveer de soep met stokbrood en een glas wijn.

Knoflooksoep III (Castilië)

Bak 1 eetlepel gehakte knoflook in 2 eetlepels olijfolie heel lichtbruin.
Bak 3 in een keukenmachine gemalen witte boterhammen mee tot ze lichtbruin zijn.
Roer er 1/2 eetlepel paprikapoeder door, giet er 1 liter magere kippenbouillon bij en laat de soep 30 minuten trekken.
Roer voor het opdienen veel gehakte peterselie door soep.
Giet de soep over een stuk stokbrood in de soepkom.

Knoflooksoep IV

10-15 knoflooktenen
25 gr reuzel of ganzevet
9-12 dunne sneetjes stokbrood
3/4 liter bouillon
2 eierdooiers
1 dl slagroom
zout, peper

Bak de ongepelde knoflooktenen in de reuzel of het ganzevet tot ze zacht zijn (zonder ze te laten kleuren).
Leg het brood intussen in de op 150°C voorverwarmde oven tot de sneetjes lichtbruin en krokant zijn.
Schep de knoflooktenen uit het vet, wrijf ze door een fijne zeef en vang de pulp in een soeppan op.
Voeg de bouillon toe, breng aan de kook en laat de soep 10-15 minuten zachtjes koken.

Roer de dooiers met de slagroom los, voeg een deel van de hete soep toe en giet het mengsel bij de rest van de soep; laat het geheel nog even doorwarmen (maar niet meer koken!) en breng de soep op smaak met zout en peper.

Leg de gedroogde sneetjes brood in diepe borden, schep de soep erover en dien op.

Knoflooksoep V

2 liter runderbouillon
24 knoflookteentjes
2 uien
laurier, tijm, salie
stokbrood (eventueel gegratineerd met kaas)

Breng de bouillon aan de kook, voeg de kleingesneden knoflook en ui toe en laat dit ± 3 kwartier trekken.

Voeg na 20 minuten de kruiden toe.

Verwijder, als de soep klaar is, de laurier.

Desgewenst kunt u de soep zeven.

Serveer de soep met (gegratineerd) stokbrood en een glas rode wijn.

Knoflooksoep VI

Fruit alle teentjes van een knoflookbol en 100 gr broodkruim in olijfolie, kook dit 10 minuten met 1 liter kippenbouillon en voeg al kloppend op hoog vuur 2 losgeklopte eieren toe.

Strooi er peterselie over.

Knoflooksoep VII

25 teentjes knoflook
4 eetlepels olijfolie
2 liter kippenbouillon
1 kippenbouillontablet
1 eetlepel sojasaus
4 theelepels salie
4 theelepels zwarte peper
2 kruidnagels
2 theelepels oregano
2 theelepels tijm
2 theelepels paprikapoeder
8 takjes peterselie
7 eetlepels droge sherry
8 sneetjes stokbrood *
8 eetlepels geraspte gruyère
8 eetlepels geraspte Parmezaanse kaas

Fruit de knoflook in de olie tot ze net goudbruin begint te worden.

Voeg de bouillon, het bouillonblokje, de kruiden en de specerijen toe, sluit de pan, breng de soep aan de kook en laat haar een uur sudderen.

Zeef de soep, warm haar op en controleer op smaak.

Voeg vlak voor het opdienen de sherry toe.

Schep de soep in verwarmde ovenvaste kommen, leg er een sneetje geroosterd brood op, bestrooi met de kaas en zet de kommen onder de grill tot de kaas is gesmolten.

Variatie: Gebruik geen kaas, maar leg een sneetje geroosterd brood in de kom met daarop een klein rauw ei. Schep de soep over het ei, zodat het gepocheerd wordt en garneer met koriander.

Knoflooksoep VIII

Maak 1 1/2 liter kippenbouillon.

Pel 4 verse bollen knoflook, doe de teentjes in de bouillon en laat dit ± 30 minuten zachtjes koken.

Neem de teentjes dan met een schuimspaan uit de pan en pureer ze met een blender.

Kruid de bouillon met wat tijm en klop er met een garde 1 ei door, zodat sliertjes ontstaan.
Voeg de knoflook weer toe en maak de soep eventueel verder af met plakjes gerookte kipfilet.

Japanse knoflooksoep
4 eetlepels olijfolie
10 fijngesneden teentjes knoflook
4 sneetjes verkruimeld witbrood zonder korst
2 theelepels zout
versgemalen zwarte peper
1 theelepel paprikapoeder
1/4 met pitjes fijngesneden rode peper
2 losgeklopte eieren
stokbrood

Fruit de knoflook 2 minuten al roerend voorzichtig in de olie.
Voeg het broodkruim toe en laat dit goudgeel worden.
Doe er zout, peper, paprikapoeder, Spaanse peper en 1 liter water bij en kook de soep 20 minuten zachtjes door.
Roer de eieren er vlak voor het opdienen met een garde door, zodat er sliertjes ontstaan.
Serveer de soep in aardewerk soepkommen en geef er stokbrood bij.

Arcadische knoflooksoep
(4-6 personen)

15-20 ongeknepte knoflooktenen
5 eetlepels olie
1 liter kippe- of vleesbouillon
2 theelepels verse tijm
1 1/2 theelepel zout
witte peper
3 eierdooiers
Om op te dienen: sneetjes stokbrood of toast, geraspte kaas

Blancheer de knoflook 1 minuut, zeef het vocht en pel de teentjes.
Smoor de teentjes 10 minuten in de helft van de olie maar laat ze niet bruin worden.
Voeg de bouillon, de tijm, het zout en flink wat witte peper toe en laat de soep 30 minuten stoven.
Proef of ze goed is gekruid.
Pureer de soep, maar houd een paar teentjes heel.
Doe de soep terug in de pan en houd haar warm.
Klop de eierdooiers en laat er langzaam de overblijvende olie in lopen.
Vermeng dit mengsel met een paar eetlepels soep, haal de soeppan van het vuur en voeg er, zorgvuldig roerend, de eierdooiers langzaam in een dun straaltje aan toe.
Dien de soep onmiddellijk op met het stokbrood of de toast en een handje geraspte kaas in elke soepkom.

Variatie: Gebruik in plaats van de olie en de eierdooiers 6 verse eieren in de zacht sudderende soep.

Sopa de Ajo I
(knoflooksoep)

4 eetlepels olijfolie
10 fijngesneden teentjes knoflook
4 sneetjes witbrood (verkruimeld zonder korst)
2 theelepels zout
versgemalen zwarte peper
1 theelepel paprikapoeder
1/4 met pitjes fijngesneden rode peper
2 losgeklopte eieren
stokbrood

de knoflook 2 minuten al roerend voorzichtig in de olie.
Voeg het broodkruim toe en laat dit goudgeel worden.
Doe er zout, peper, paprikapoeder, Spaanse peper en 1 liter water bij.
Kook de soep 20 minuten zachtjes door.
Roer de eieren er vlak voor het opdienen met een garde door, zodat er sliertjes ontstaan.
Serveer de soep in aardewerk soepkommen en geef er stokbrood bij.

Sopa de ajo II (6 personen)

1 1/2 liter water
1 theelepel zout
20 hele teentjes knoflook
2 theelepels olijfolie
4 losgeklopte eieren
6 sneetjes oud stokbrood
witte peper uit de molen

Breng het water, het zout en de knoflook aan de kook en laat het een half uur sudderen.
Verwijder de knoflook en voeg de olijfolie toe.
Breng het weer aan de kook en voeg geleidelijk de eieren toe; laat het zachtjes koken tot de eieren gestold zijn.
Voeg de sneetjes stokbrood toe en laat ze de bouillon opzuigen.
Dien de soep onmiddellijk op en geef de pepermolen door.
Voor de echte knoflookliefhebbers kunt u, nadat de hele knoflooktenen zijn verwijderd, vijf versgeplette teentjes toevoegen.

Variatie: Schep de soep in ovenvaste kommen, leg er een sneetje brood, gebakken in olijfolie met knoflook en ui op en daar bovenop een klein heel ei.
Bak in een op 190°C voorverwarmde oven tot de eieren aijn gestold.

Sopa de ajo III
5 tenen knoflook
4 sneden witbrood in dobbelsteentjes
4 eieren
3 eetlepels olijfolie
zout
1 liter water

Fruit de opengesneden knoflook in de olie en neem ze uit de pan.
Bak in dezelfde olie de dobbelsteentjes brood goudbruin.
Giet er heet water bij, voeg naar smaak zout toe en laat de soep even koken.
Klop voor het serveren de eieren door de soep en dien de soep op als het eiwit tot mooie draden begint de stollen.

Sopa de ajo con uvas (knoflooksoep met wijndruiven)
3 eetlepels gepelde geraspte amandelen
3 eetlepels olijfolie
400 gr druiven
5 eetlepels broodkruim
1 liter water
zout
3 tenen knoflook
azijn naar smaak

Druk de knoflookteentjes fijn en vermeng ze met het broodkruim, de amandelrasp, zout en de olie.
Voeg er azijn en het koude water bij en roer de soep met de gesneden en ontpitte druiven flink om.
Zet de soep in de koelkast en serveer haar ijskoud.

Variatie: Sopa de ajo con melon
Als boven, maar dan met meloen.

Andalusische knoflooksoep

**4 teentjes knoflook
1-2 Spaanse pepertjes
1 kg tomaten
zout
2 eetlepels olijfolie
± 6 sneden ontkorst brood**

Dit is de befaamde 'ajo caliente' van de arbeiders in de wijngaarden en wijnkelders van Andalusië tijdens de druivenoogst.

**Stamp de knoflook samen met de Spaanse pepertjes (ontdaan van de zeer scherpe pitjes) in een houten kom fijn.
Voeg wat zout en de ontvelde en kleingesneden tomaten toe en stamp en roer tot het een homogene massa is geworden.
Voeg de olijfolie en het goed droge broodkruim toe en blijf roeren.
Zet deze massa tot het gebruik koel weg.
Roer er dan warm water door tot een soepdikte is verkregen en laat er plakjes knoflookworst op drijven.
Deze soep wordt altijd in houten kommen opgediend en met houten lepels gegeten.**

Knoflooksoep uit Arleux

Dit is de soep die ieder jaar in het eerste weekend van september op het knoflookfeest van het Noordfranse plaatsje Arleux wordt geserveerd. De soep is gratis, maar de kom moet men voor een paar gulden kopen.

De Arleuse soep dient eigenlijk te worden bereid met de gerookte knoflook, zoals men die ter plekke vervaardigt (zoals men in Volendam de paling rookt, zo rookt men hier strengen knoflook, om de houdbaarheid te verlengen), maar zij is lekker met iedere knoflook.

**2 liter water
1 bouillonblokje
350 gr in blokjes gesneden aardappelen
125 gr fijngesneden wortelen
1 bol gepelde knoflook
evt. een klontje boter of wat room**

**Breng het water aan de kook, voeg alle overige ingrediënten toe en kook alles gaar.
Pureer de soep en breng haar met peper en zout op smaak.
Maak af met boter of room en serveer.**

Knoflooksoep met aardappelballetjes (6 personen)

**6 aardappels van gemiddelde grootte, gepeld en in vieren gesneden
1 kleine fijngehakte ui
1/2 theelepel zout
5 geplette teentjes knoflook (of meer)
1/2 theelepel zout
2 losgeklopte eidooiers
2.5 dl olijfolie
zout, zwarte peper
3 eetlepels bloem
fijngehakte peterselie of fijngehakte koriander**

**Kook de aardappels en de ui in water met zout tot de aardappels zacht zijn.
Giet ze af, bewaar het kookvocht en druk de aardappels door een pureeknijper of zeef.
Meng knoflook, zout en eidooiers goed door elkaar.
Voeg geleidelijk de olie toe, onder voortdurend kloppen.
Roer de gepureerde aardappels erdoor en zet 1.5 dl van dit mengsel apart.
Voeg de rest van het aardappel-knoflookmengsel aan het bewaarde kookvocht toe en meng goed.
Breng op smaak met zout en peper.**

Meng het apart gehouden aardappel-knoflookmengsel met de bloem, voeg, indien nodig, wat meer bloem toe, zodat kleine balletjes gevormd kunnen worden.

Breng de soep weer aan de kook, voeg de balletjes toe en laat de soep nog vijf minuten trekken.

Garneer met fijngehakte peterselie of koriander.

Of: breng op smaak met een beetje azijn.

Spinazie-knoflooksoep

Verhit in een soeppan 5 eetlepels olijfolie en bak 2 uitgeperste knoflooktenen en 2 gesnipperde uien ± 5 minuten zachtjes.

Voeg 500 gr geschilde aardappelen in plakjes, 1 theelepel tijm, 1 laurierblaadje, 1 liter kippenbouillon (van tablet), 5 dl melk en peper en zout

toe en laat de soep op een zacht vuur ± 20 minuten koken.

Voeg 250 gr fijngehakte spinazie toe en kook nog 2 minuten.

Pureer de soep en serveer haar met knoflookcroûtons en tijm.

Tourain blanchi (knoflooksoep uit de Périgord)

2 eetlepels ganzevet (delicatessewinkel) of reuzel

2 grote gesnipperde uien

6 gehakte teentjes knoflook

1 eetlepel bloem

1 takje tijm

1 blaadje laurier

zout, peper

2 gesplitste eieren

azijn

geroosterd witbrood in grove stukken
(geraspte gruyère)

Bak de ui en de knoflook in het ganzevet ± 10 minuten zachtjes (laat niet kleuren).

Strooi de bloem erover en voeg 1 liter water, de tijm, laurier, zout en peper toe.

Breng de soep aan de kook en laat haar ± 40 minuten zachtjes koken.

Roer de eiwitten door de soep.

Roer de dooiers met 5 druppels azijn los en voeg dit aan de soep toe (laat niet meer koken).

Verdeel het brood over de borden (strooi de kaas erover) en schenk de soep erover.

Knoflooksoep met zoete aardappelen (6 personen)

5 eetlepels plantaardige olie

3 schoongemaakte, grofgesneden middelgrote preien

1 grote bol knoflook, de teentjes losgehaald en gepeld

1 1/4 kg geschilde zoete aardappelen in blokjes van 2 1/2 cm

1 1/2-2 liter water of kippenbouillon van tabletten

zout, versgemalen zwarte peper

50 gr verkruimelde feta

enkele fijngesneden verse bieslooksprietten

Verhit 3 eetlepels olie in een grote pan met dikke bodem en fruit de prei daarin 5-8 minuten.

Houd 3 grote knoflooktenen apart.

Voeg de rest van de knoflook en de zoete aardappelen bij de prei en roer goed door.

Voeg zoveel water of kippenbouillon toe dat de groenten net onder staan en kruid met zout en peper.

Breng de soep aan de kook, zet het vuur laag en laat 20-30 minuten pruttelen tot de zoete aardappelen heel zacht zijn.

Snijd de achtergehouden teentjes knoflook in heel dunne plakjes.

Verhit in een pannetje de resterende 2 eetlepels olie, bak de knoflookplakjes daarin goudbruin en laat ze op keukenpapier uitlekken.

Pureer de soep in gedeelten in een keukenmachine en doe haar over in een

andere pan.

Breng de soep zo nodig met zout en peper op smaak en laat haar goed warm worden.

Schep de soep in kommen en garneer met de knoflookchips, de feta en de bieslook.

Koolrabi-knoflooksoep (2 personen)

1 sjalotje
1 koolrabi
1 aardappel
1 eetlepel olijfolie
2 teentjes knoflook
1 (kruiden)bouillontablet
1 theelepel (verse) tijmblaadjes
zout, peper
1 eetlepel fijngeknipte bieslook
1 eetlepel fijngehakte peterselie

Pel en snipper het sjalotje.

Schil de koolrabi en de aardappel en snijd ze in kleine blokjes.

Verhit de olie in een hoge pan en fruit het sjalotje, de koolrabi en de aardappel even aan.

Pers de teentjes knoflook erboven uit.

Voeg 1/2 liter water, het bouillontablet en de tijm toe, breng de soep aan de kook en kook het geheel in ± 8 minuten zachtjes gaar.

Pureer de soep met een staafmixer tot ze glad en gebonden is.

Verwarm de soep eventueel opnieuw en voeg naar smaak zout en peper toe.

Schep de soep in 2 diepe borden en strooi het bieslook en de peterselie erin.

Lekker met kaasstengels.

Broccoli-knoflooksoep

15 teentjes knoflook
1 stronkje broccoli
4 eetlepels boter
3 eetlepels bloem
1 theelepel zout
1/2 theelepel zwarte peper
4 1/2 dl melk
4 1/2 dl bouillon
crème fraîche naar smaak
paprikapoeder

Breng water aan de kook en laat de teentjes knoflook 1 minuut meekoken (of 1/2 minuut, als ze aan de kleine kant zijn).

Haal ze uit het water, schil ze en maak ze fijn (met de pers of het mes).

Snijd de broccoli in roosjes en maak kleine stukjes van de steeltjes (snijd de meest houderige delen weg).

Kook de broccoli tot ze zacht is en giet ze af (vang het kookvocht op).

Smelt de boter in een sauspan en fruit er de knoflook in.

Voeg de bloem, zout en peper snel toe, blijf een minuut doorroeren en voeg dan de melk en de bouillon toe.

Klop met een garde tot de soep bindt.

Pureer de broccoli in de keukenmachine of passe-vite met een beetje van de saus en blijf saus toevoegen tot alle broccoli fijn is gemaakt.

Kruid naar smaak bij en maak de soep met crème fraîche op de gewenste dikte.

Serveer de soep met een beetje paprikapoeder erover.

Deze rijke, crèmige soep smaakt de tweede dag nog beter en kan koud en warm worden geserveerd. Voeg de tweede dag nog wat crème fraîche toe.

Broccolisoepp I

1 flinke stronk broccoli

1/2 bakje champignons
1 ui
1 kleine prei
1/2 paprika
1 bouillontablet
wat (slag)room
wat bloem
basilicum (het liefst verse)
tijm (of andere groene kruiden)
peper

Snijd de champignons, de ui, de paprika en de prei in stukken.
Snijd van de broccoli kleine kroontjes af, schil de stronk en snijd hem in plakjes (bewaar de rest van de broccoli).
Fruit de groenten in een pan met een klontje boter en voeg de kruiden toe.
Strooi er wat bloem over en roer goed (niet te lang).
Voeg 1/2 liter water toe en roer opnieuw.
Doe het bouillontablet er bij en laat de soep, onder af en toe roeren, 10 minuten zachtjes koken.
Voeg dan een scheut room en peper naar smaak toe en laat de soep nog even pruttelen.

Broccolisoepp II
1 stronk broccoli
1 bouillontablet
een paar aardappelen
1 liter water
melk

Snijd de broccoli en de geschilde aardappelen in stukken, doe die in een pan met het water en het bouillontablet en laat dit koken tot de broccoli en de aardappelen gaar zijn.
Pureer de soep met een staafmixer, voeg wat melk toe en laat de soep nog 5 minuten koken en strooi er wat versgemalen peper over.
Desgewenst kunt u er nog wat gemalen kaas over strooien.

Broccoliroomsoep I
400 gr broccoli
8 dl runderbouillon (van tablet)
2 eieren
35 gr boter
35 bloem
een scheutje slagroom
peper, zout

Maak de broccoli schoon en houd de roosjes en de stronk apart.
Snijd de stronk in blokjes en kook ze 5 minuten.
Pureer de groente in een zeef of met een staafmixer.
Kook de eieren in 10 minuten hard, pel ze en hak ze fijn.
Smelt de boter en roer de bloem erdoor.
Voeg deel voor deel de rest van de bouillon toe en breng aan de kook.
Laat dit 10 minuten zachtjes koken.
Roer de broccolipuree en de room erdoor en breng aan de kook.
Breng op smaak met peper en zout.
Verdeel de soep over 4 borden of soepkommen en bestrooi met het fijngehakte ei.
Serveer er soepstengels bij.

Broccolisoepp met rauwe ham
(2 personen)

250 gr broccoli
25 gr rauwe ham
1 kippenbouillontablet
1 theelepeltje oregano

**3 eetlepels crème fraîche
versgemalen peper**

**Was de broccoli, snijd de roosjes van de stronkjes en snijd de stronkjes in plakjes.
Snijd de rauwe ham in smalle reepjes.**

Kook de broccolistronkjes ± 5 minuten in 4 dl water met het bouillontablet.

Voeg de roosjes en de oregano toe en kook de broccoli in ± 8 minuten gaar.

Pureer de broccoli met de bouillon.

Doe de soep terug in de pan en klop er de crème fraîche en peper naar smaak door.

Warm de soep nog even door.

Verdeel de soep over 2 borden en strooi de reepjes rauwe ham erover.

Broccoli-fluweelsoep

800 gr broccoli

2 grote kleingesneden uien

1 eetlepel bloem

1 1/2 liter warme kippenbouillon

1 kruidenbultje

1 1/2 dl room

2 eierdooiers

zout

Maak de broccolistronken schoon, snijd ze 5 cm korter en verwijder de blaadjes.

Snijd uit de roosjes ± 200 gr kleine bloempjes, kook die beetgaar en verfris ze in koud water.

Snijd de rest van de broccoli klein.

Stoof de uien zacht in een flinke klont boter .

Voeg de stukken broccoli toe en stoof die mee.

Strooi er wat bloem over en roer goed.

Schenk er de warme kippenbouillon bij en breng de soep aan de kook.

Aromatiseer met het kruidenbultje en laat de soep ± 30 minuten zachtjes koken tot de broccoli volledig gaar is.

Verwijder het kruidenbultje en roer de soep door.

Giet haar door een soepzeef en kruid af.

Meng de room en de eierdooiers tot een liaison.

Warm de gekookte broccolibloempjes even op, kruid met zout en laat ze uitlekken.

Lepel wat soep in de borden en houd de rest warm in een soepterrine.

Haal de liaison met een vork door de soep, tot roomslerten ontstaan.

Strooi 1 eetlepel broccolibloempjes in de borden en leg de rest in de soepterrine.

Broccoli-kaassoep

(2 personen)

200 gr broccoli

4 dl melk

1 kruidenbouillontablet

100 gr geraspte oude kaas

1 theelepel (dragon)mosterd

2 eetlepels croûtons

1/2 eetlepel fijngehakte peterselie

Snijd van de stronk kleine broccoliroosjes, snijd de stronk in kleine blokjes en kook de broccoli in de melk in ± 7 minuten gaar.

Verkruimel er de bouillontablet boven.

Pureer de broccoli en de melk met een staafmixer tot een glad gebonden soep.

Voeg de kaas toe en laat die al roerend smelten.

Breng de soep op smaak met de (dragon)mosterd.

Schep de soep in 2 diepe borden en strooi er de croûtons en de peterselie in.

Broccoli-currysoep

100 gr (Pandan)rijst

zout

2 eetlepels fijngehakte peterselie

200 gr panklare broccoli

1 zakje Kip-currysoep (Honig)
4 eetlepels geschaafde amandelen
1 dl Room Culinair (Campina)

Kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking in water met zout gaar.

Schep de peterselie erdoor.

Verdeel de broccoli in kleine roosjes.

Breng 8 dl water aan de kook, voeg de inhoud van het zakje soep toe en breng het al roerend met een garde aan de kook.

Voeg de broccoli toe en kook deze in ± 5 minuten beetgaar.

Rooster intussen de amandelen in een droge koekenpan goudbruin.

Roer de room door de soep en laat 1 minuut koken.

Verdeel de rijst in bergjes over 4 borden en lepel de soep eromheen. Garneer met de amandelen.

Broccoliroomsoep II

500 gr broccoli

1 grote ui

1 eetlepel bieslook

1/2 dl room

1 eetlepel bloem

1 liter water

1 bouillontablet

Maak de broccoli schoon en houd enkele roosjes apart.

Snijd de rest grof en laat dit, samen met de grofgesneden ui even stoven.

Voeg het water en het bouillontablet toe en laat de soep nog even koken.

Pureer de soep en bind haar met de bloem.

Voeg voor het serveren de bieslook en de room aan de soep toe.

Groenten- fruitsoep met yoghurt

7 1/2 dl water

1 kg kleingesneden tomaten

1 schoongemaakte appel in stukjes

2 in plakjes gesneden worteltjes

2 in plakjes gesneden bleekselderijstengels

1 grote ui in ringen

1 gesnipperd groen pepertje (zaad verwijderd)

150 gr witte gehalveerde en ontpitte druiven

1 theelepel zout

1 theelepel komijnpoeder

1 theelepel gedroogde mint

limoensap

zout, peper uit de molen

2 eieren

2 1/2 dl yoghurt

4 takjes dragon

Breng het water met de tomaten, appel, wortel, bleekselderij, ui, het pepertje en de druiven aan de kook.

Voeg dan zout, komijnpoeder en mint toe en laat het geheel 35 minuten trekken.

Zeef de soep, bewaar de bouillon en pureer het vruchtvlees.

Giet de bouillon en de puree met elkaar in de pan terug en verwarm het geheel.

Breng op smaak met limoensap, zout en peper.

Klop in een kom de eieren los met de yoghurt.

Klop bij de yoghurt, al roerend, met een dun straaltje 2 1/2 dl van de hete soep.

Giet het ei-yoghurtmengsel langzaam al roerend terug in de pan (laat niet koken) en verwarm de soep nog een beetje.

Knip de blaadjes van de takjes dragon klein.

Schep de soep in kommen of borden en garneer met de dragon.

u kunt deze frisure soep zowel warm als koud eten.

**Variatie: Met peer en koolrabi in plaats van appel en bleekselderij.
Halveer de hoeveelheid tomaten en ga uit van 5 dl water. Voeg behalve
dragon nog 2 eetlepels geroosterde sesamzaadjes toe.**

**Puchero
(Spaanse soep)**

**1/2 soepkip
250 gr rundvlees
250 gr lamsvlees
2 liter water
150 gr gerookte ham
250 gr knoflookworst
250 gr geweekte witte bonen
1 selderijknol
250 gr worteltjes
1 ui
een paar olijven
2 laurierblaadjes
1 teentje knoflook
peterselie
zout, peper
kummel
verse of gedroogde mint**

**het vlees in 2 liter water op en kook het zachtjes gaar.
Snijd het vlees daarna in stukken en doe die met de schoongemaakte en grof gesneden
groenten, de vleeswaren en de kruiden (behalve de peterselie) in de bouillon en laat
Alles op laag vuur beetgaar worden.
Knip voor het serveren wat peterselie over de soep en doe er op het laatst de olijven in.**

**Het is ook mogelijk, dit gerecht in tweeën te bereiden:
Doe in één pan het vlees de worst etc. en in een andere de kip en de groenten en serveer
ze apart.**

**Zweedse vleessoep
(Kottsoppa)
(6 personen)**

**900 gr soepvlees
3 liter water
2 grote wortelen, in blokjes gesneden
1 witte knol, in blokjes gesneden
3 stengels bleekselderij, in blokjes gesneden
1 grote ui, bestoken met 2 kruidnagels
2 gesneden sjalotten of preitjes
2 theelepels zout
1 theelepel witte peper**

**Doe het vlees in een grote pan en voeg het water toe.
Breng het aan de kook en schuim het af.
Voeg zout toe, matig het vuur en laat het ±2 uur trekken.
Haal het vlees uit de pan, snijd het in stukjes en doe deze terug in de soep.
Voeg de wortel, knol, bleekselderij, ui en sjalotten of prei toe en breng op smaak met
peper.
Breng de soep opnieuw aan de kook, zet het vuur laag en laat 1 uur sudderen.**

**Gehaktsoep met vermicelli
2 eetlepels olijf- of zonnebloemolie
1 schoongemaakte en kleingesneden ui
500 gr mager rundergehakt
1 schoongemaakte en fijngehakte groene paprika
1 schoongemaakte, van de zaadjes ontdane en fijngehakte groene peper**

2 ontvelde en in stukjes gesneden tomaten
1 liter water
50 gr vermicelli
zout, peper

Verhit de olie in een pan en fruit hierin de kleingesneden ui 3 minuten.
Voeg het gehakt toe en bak dit onder voortdurend omscheppen rul.
Voeg de fijngehakte paprika en groene peper en de stukjes tomaat toe en bak alles onder regelmatig omscheppen 4 minuten.
Voeg het water toe en laat de soep op matig vuur en onder voortdurend roeren aan de kook komen.
Voeg de vermicelli toe, zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat de soep 20 minuten zachtjes koken.
Maak de soep op smaak met wat zout en peper.

Wontonsoep
(6-8 personen)

24 kleine wontonvelletjes (diepvries)
100 gr zeer fijngemalen kippe- of varkensvlees
30 gr versgehakte koriander
3 schoongemaakte, gehakte lente-uitjes
een stukje geschilde en geraspte gemberwortel van 2 cm
1 losgeklopt ei
1 1/2 liter kippenbouillon
1 eetlepel zoete ketjap
1 theelepel sesamolie
zout, versgemalen witte peper

Voor de garnering:
blaadjes selderij of waterkers

Leg de wontonvelletjes naast elkaar op een werkvlak en leg er een schone en goed vochtige doek over om uitdrogen te voorkomen. Anders kunt u ze niet meer zonder te beschadigen vullen.
Vermeng het gehakt met de koriander, ui, gember en wat peper en zout.
Bestrijk de randen en hoeken van de wontonvelletjes met losgeklopt ei.
Leg in het midden van elk wontonvelletje een lepeltje vulling en vouw het deeg tot driehoeken. Druk de randen goed met de vingers aan, zodat ze straks in de soep gesloten blijven.
Breng de bouillon in een ruime pan aan de kook en doe er de ketjap, sesamolie en wat zout en peper in.
Laat de wontons er voorzichtig in glijden en kook op laag vuur nog 5-10 minuten, de vulling moet gaar zijn.
Verwarm borden voor, schep de soep erin en dien op, gegarneerd met blaadjes selderij of waterkers.

Vleesballetjessoep uit het Midden-Oosten
(6 personen)

1 kg soepbeenderen
1 1/2 liter water
125 gr rundergehakt
1/2 theelepel zout
versgemalen zwarte peper
3 eetlepels fijngehakte peterselie
2 eetlepels olijfolie
1 theelepel paprikapoeder
1/2 kop rijst
2 teentjes knoflook uit de knijper
1/4 kop azijn

Doe de soepbeenderen in een pan, doe het water erbij en laat het 3 uur sudderen.
Schuim de bouillon af, zeef hem en verwijder de botten.

Voeg eventueel water toe om de hoeveelheid op 1 1/2 liter te brengen.
Doe de bouillon in een schone pan en breng aan de kook.
Vermeng het gehakt met zout, peper en peterselie en maak van dit mengsel kleine balletjes van ± 2 1/2 cm doorsnee.
Gooi de balletjes in de bouillon en laat ze 15 minuten sudderen.
Verhit de olie in een kleine koekepan en roer de paprika erdoor.
Laat dit 2 minuten bakken en roer het daarna door de soep.
Doe de rijst erbij, sluit de pan en laat het geheel 20 minuten sudderen.
Roer de rest van de peterselie, de knoflook en de azijn erdoor en dien direkt op.
Miesoep
(4-6 personen)

400 gr dunne mie (bij voorkeur nestjes)
1 liter kippe- of runderbouillon
100 gr gekookte kip of rundvlees in dunne reepjes
100 gr gele bladeren van de Chinese kool in reepjes
2 lente-uitjes in ringen

Kook de mie zoals op de verpakking staat aangegeven, maar laat ze in geen geval te zacht worden. laat ze in een vergiet uitlekken en laat er koud water over lopen om plakken tegen te gaan.
Breng intussen de bouillon met de stukjes vlees en de zeer fijn gesneden Chinese kool aan de kook.
Doe de mie in de soep, laat haar door en door heet worden en schep de soep direct in verwarmde borden of kommen.
Dien op, bestrooid met lente-ui.

Alleen dunne mie van zeer goede kwaliteit is voor dit gerecht geschikt.

Bahmisoep
300 gr mie
250 gr varkensvlees
1 liter water
1 ui
5 teentjes knoflook
1 theelepeltje djahé
olie
1 prei
150 gr taugé
1 blik bamboespruiten
1/2 bos bladselderij
1 ei
2 eetlepels ketjap manis
peper, zout, ve-tsin

Kook de mie volgens de gebruiksaanwijzing gaar en laat hem uitlekken.
Snijd het vlees in blokjes, zet het met het water op, laat het aan de kook komen, draai het vuur laag en laat het vlees in ± 1 uur gaar sudderen.
Snipper de ui en hak de knoflook fijn.
Maak de prei schoon en snijd hem in dunne ringen.
Was de taugé.
Laat de bamboespruiten uitlekken en snijd ze klein.
Snijd de selderij klein.
Roer het ei met wat water los.
Verhit wat olie en fruit hierin de ui, knoflook en djahé ± 3 minuten.
Voeg de groenten toe en laat ze even meefruchten.
Roer het ei door het groentemengsel.
Voeg het vlees, de bouillon en de gare mie toe, laat het gerecht even doorkoken en maak het op smaak af met de ketjap, wat zout, peper en ve-tsin.

Acht-schattensoep
30 gr gedroogde Chinese paddestoelen
1 pot gevogeltesoep
100 gr kipfilet

100 gr varkensschnitzel
100 gr Noorse garnalen
100 gr bamboescheuten (blik)
100 gr spinazieblaadjes
100 gr tahoe
1 eetlepel lichte sojasaus
2 eieren
(2 theelepels aardappelzetmeel of maïzena)
peper, zout
bosuigroen
kroepoek

Maak de paddestoelen schoon en week ze.
Vul de pot gevogeltefond aan tot 1 liter en breng dit aan de kook.
Voeg de in dunne repen gesneden kipfilet, de in dunne repen gesneden varkensschnitzel en de garnalen toe en breng dit al roerend weer aan de kook.
Voeg dan de in reepjes gesneden bamboescheuten, de spinazieblaadjes, de in blokjes gesneden tahoe en de sojasaus toe.
Klop de eieren los en roer ze bij de soep.
Bind de soep eventueel ietsje bij met het losgeroerd aardappelzetmeel of de maïzena.
Roer een flinke draai peper, wat zout en gesnipperd bosuigroen door de soep en serveer met kroepoek.

Chilisoep met tacochips **(10 personen)**

2 grote gesnipperde uien
1 geperst teentje knoflook
2 eetlepels olie
500 gr rundergehakt
zout, cayennepeper
1 groene paprika in reepjes
500 gr ontvelde tomaten in stukken
1 liter vleesbouillon
1 blik bruine bonen (inh. 1 liter), uitgelekt
1 blik rode kidneybonen (inh. 400 g), uitgelekt
3 eetlepels chilisaus
2-3 jalapeñopepers (pot) in stukjes
1 borrelglasje tequila
1 zak tacochips (inh. 125 gr)
1 gedroogd Spaans pepertje
75 gr geraspte belegde kaas

Bak de ui en de knoflook 5 minuten in de olie.
Voeg het gehakt, zout en cayennepeper toe en bak het gehakt in 5 minuten rul.
Bak de paprika 1 minuut mee.
Voeg de tomaten, bouillon en bruine bonen toe en breng het geheel aan de kook.
Laat de soep afgedekt 40 minuten koken.
Warm de kidneybonen, chilisaus en jalapeñopeper ± 5 minuten mee.
Roer er voor het serveren de tequila door.
Verwarm de grill voor op de hoogste stand.
Spread de tacochips op een bakplaat uit.
Verkruimel het Spaanse pepertje, vermeng het met de kaas strooi dit mengsel over de chips.
Gratineer de tacochips onder de grill 5 minuten en bestrooi de soep ermee.

Corn and chili Gumbo
6 maiskolven
7 okra's*
1 rode paprika
1 rode ui of Spaanse ui
1 rode Spaanse peper
1 eetlepel olijfolie
2 geperste teentjes knoflook

**1/2 eetlepel gemalen komijn
cayennepeper
zout, versgemalen peper
2 dl rode wijn
2 dl runder- of gevogeltebouillon**

**Snijd de maïskorrels met een groot mes van de kolf.
Snijd de okra's, paprika, ui en Spaanse peper in blokjes van 1/2 cm.
Verhit in een braadpan de olie en bak daarin de okra, paprika, ui, peper en knoflook ± 2 minuten zachtjes.
Roer er de komijn, een mespuntje cayennepeper en versgemalen peper door, blus af met rode wijn en laat het mengsel op hoog vuur ± 1 minuut inkoken.
Voeg de maïskorrels en de bouillon toe en laat het mengsel nog ± 1 1/2 minuut op hoog vuur inkoken.
Breng het op smaak met zout en peper.
Lekker met lamsbout.**

Tip: Okra kunt u eventueel vervangen door courgette.

**Chili-groentesoep
1 eetlepel olie
1 witte uien
120 gr groene lomboks
1 liter kippenbouillon
1 grote aardappel
1/4 liter tacosaus
1 eetlepel limoensap
tortillachips
plakjes limoen
zout**

**Hak de ui fijn en deel de lomboks in vieren.
Schil de aardappel en snijd hem in kleine reepjes.
Verhit de olie in een grote steelpan en bak de ui zachtjes tot hij glazig is.
Voeg de groene lomboks, de bouillon, de aardappel en de tacosaus toe, leg een deksel op de pan en laat de soep 20 minuten sudderen.
Roer het limoensap erdoor en voeg zout toe.
Serveer de soep met de tortillachips in soepkommen of op borden.
Laat in elke soepkom of in elk bord een dun schijfje limoen drijven.**

TIP: Om de soep meer gevuld te maken, kunt u gekookte rijst toevoegen.

**Cajun bonensoep uit New Orleans
(2 personen)**

**1 blik tomaatblokjes (400 gr)
1 1/2 eetlepel gefruite uitjes
1 groene paprika in heel kleine blokjes
1 theelepel cajunkruiden
een mespuntje cayennepeper
1 eetlepel grove Franse mosterd
1 theelepel worcestershoresaus
1 theelepel tabasco
4 lente-uitjes in ringen
2 teentjes knoflook
100 gr plakjes rookvlees in reepjes
3 dl kippenbouillon (tablet)
1 blikje rode bonen, uitgelekt (uitlekgewicht 280 gr)
1 eetlepel fijngehakte bleekselderij
verse koriander**

**Laat de tomatenblokjes uitlekken, vang het vocht op.
Laat het tomatenvocht met de uitjes, paprika, kruiden, mosterd, worcestershoresaus en tabasco op zacht vuur in 10-15 minuten tot een dikke saus inkoken.**

Voeg de lente-ui, de uitgeperste knoflook en het rookvlees toe en kook die ± 3 minuten zachtjes mee.

Verwarm de bouillon en voeg die met de bonen en de tomaatblokjes aan het mengsel toe.

Warm alles goed door.

Verdeel de soep over de borden en bestrooi met de bleekselderij, koriander en lente-ui. serveer de soep met matzes en een lekkere knapperige salade van kleine blokjes komkommer (zonder zaadjes) gemengd met bieslook.

Mexicaanse groentesoep met avocadodip

2 eetlepels olie

1 zak Mexicaanse groentenmix (400 gr)

Mexicaanse kruiden (Seasonmix)

1 kuipje volvette smeerkaas (100 gr)

1 literpak tomatensap

3 tuinkruidenbouillontabletten

1/2 liter water

1 bakje verse avocadodip

1 bekertje zure room

15 gr koriander

Verhit de olie in een pan, doe de Mexicaanse groentenmix erbij, voeg naar smaak Mexicaanse kruiden toe en roerbak dit mengsel 2 minuten.

Voeg vervolgens de bouillontabletten, het tomatensap en het water toe, breng het geheel aan de kook en laat het 20 minuten zachtjes doorkoken.

Meng intussen in een apart bakje de avocadodip met de zure room.

Voeg aan het einde van de kooktijd de smeerkaas aan de soep toe.

Schep de soep in kommen, leg in het midden een lepel van het avocadodip-zure roommengsel en bestrooi met de fijngeknipte korianderblaadjes.

Kippensoep

Basisrecept: Kippensoep met vermicelli

750 gr (soep)kip

1 ui

2 worteltjes

1 stengel bleekselderij

1 laurierblaadje

1 takje tijm

1 stukje foelie

5 peperkorrels

40 gr fijne vermicelli

zout

Snijd de kip in stukken.

Doe ze met 1,2 l water in een pan en laat zachtjes koken.

Schep het schuim eraf.

Pel de ui en snijd hem in vieren.

Maak de worteltjes en de bleekselderij schoon en snijd deze in stukken.

Voeg de groenten en de kruiden toe en laat de bouillon ± 2 uur trekken.

Zeef en ontvet de bouillon.

Haal het kippevlees van de botjes.

Breng de bouillon aan de kook, voeg de vermicelli toe en kook in ± 10 minuten gaar.

Voeg de kip toe en warm die 2 minuten mee.

Breng de soep op smaak met zout.

Variatie 1: Met prei en sherry

Voeg samen met de kipstukjes 1 in dunne ringen gesneden schoongemaakte prei en 2 eetlepels medium dry sherry aan de bouillon toe.

Variatie 2: Met wortel en tong

Voeg samen met de vermicelli 4 in plakjes gesneden worteltjes en samen met de kip 75 gr in reepjes gesneden rundertong toe.

Variatie 3: Met Chinese mie en taugé

Vervang de vermicelli door 40 gr Chinese mie en voeg deze samen met 150 gr taugé aan de kokende bouillon toe.

Neem de pan direct van het vuur.

Variatie 4: Met tuinkers en mosterd

Neem aan het eind van de bereiding de pan van het vuur en voeg 1 bakje tuinkers en 2 eetlepels Zaanse mosterd toe.

Kippensoep II

1 liter kippenbouillon

100 gr gaar kippenvlees

1 theelepel citroensap

peper, zout

2 eetlepels gehakte peterselie

Maak de bouillon volgens het basisrecept.

Laat, als de bouillon van maag en nek wordt getrokken, een filetje van 100 gr in ± 10 minuten in de bouillon gaar worden.

Snijd het witte vlees, met de draad mee, in smalle reepjes en doe die in de hete bouillon.

De bouillon krijgt met een theelepeltje citroensap een frisse smaak.

Breng de soep verder op smaak met peper en zout en strooi er vlak voor het serveren de gehakte peterselie over.

Kook eventueel 30 gr fijne vermicelli 6-8 minuten in de bouillon gaar.

Koninklijke kippenbouillonsoep

3/4 liter kippenbouillon

2 ontvelde tomaten in zeer kleine stukjes

1 eetlepel tomatenpuree

1 1/2 dl droge sherry

zout, versgemalen peper

2 eetlepels kleingesneden bieslook

soepstengels

Breng in een pan de kippenbouillon aan de kook.

Voeg de stukjes tomaat en de tomatenpuree toe, zet het vuur laag, leg het deksel op de pan en laat de soep 10 minuten zachtjes koken.

Roer de sherry door de soep en breng haar met wat zout en peper op smaak.

Verdeel de soep over 4 borden en bestrooi die met het bieslook.

Geef er soepstengels bij.

Oma's kippensoep

(2-4 personen)

1 kleine soepkip

100 gr gemengde kippeshartjes, -maagjes en -levertjes

3 kippenbouillontablet

bouquet garni (1/2 ui, 1 teentje knoflook, 1 winterwortel, stukje prei, 1

stengel bleekselderij, stukje foelie, 1 takje peterselie, 1 theelepel

zwarte peperkorrels, in een stuk kaasdoek gebonden)

zout

50 gr engelenhaar vermicelli

15 gr fijngesneden peterselie

Breng de kip met de hartjes, maagjes en levertjes, bouillontabletten en 1 1/2 liter koud water aan de kook, draai het vuur laag en schuim de soep af tot er geen schuim meer komt bovendrijven.

Voeg het bouquet garni toe en laat de soep minstens 4 uur zachtjes trekken.

Schep de kip, hartjes, maagjes, levertjes en het bouquet garni dan uit de soep.

Schep het grootste deel van het vet van de soep en zeef de soep.

Breng de heldere bouillon met de vermicelli opnieuw tegen de kook aan.

Snijd de wortel uit het bouquet garni, het kippevlees (zonder vel), de hartjes, maagjes en levertjes in grove stukken en voeg ze aan de soep toe. Strooi er voor het serveren de peterselie over. Serveer bij de soep in stukken gebroken vlechtbrood, besmeerd met wat van het aromatische kippevet.

Kippensoep

Laat in een ruime pan water 1 kippenbouillontablet, 1 of 2 ontvelde en ontvette, goed met heet water gewassen kippenboutjes en 1 of 2 gepelde teentjes knoflook ± 30 minuten koken.

Neem de kippenboutjes dan uit de pan, laat ze koud worden en snijd ze in stukjes.

Naar eigen inzicht kunt u de knoflook verwijderen of in de soep laten.

Laat het kookwater afkoelen en schep eventueel overtollig vet eraf.

Breng de bouillon opnieuw aan de kook en zeef haar.

Leg de kip er weer in en laat de soep met wat fijngesneden prei nog 10 minuten koken.

Roomwitte kippensoep (Kerstsoep) (8 personen)

Vermeng 1 1/2 pot gevogeltesfond met 1/4 liter heel droge witte wijn, 1 eetlepel Zaanse mosterd, 2 eetlepels gemengde groene kruiden (diepvries) en een mespunt cayennepeper.

Verwarm de soepborden voor in een oven van 100°C.

Rooster sneetjes witbrood en steek er sterretjes uit.

Breng het fondmengsel al roerend tegen de kook aan en zet de pan vervolgens op een vlamverdeler.

Klop in een kom 4 eierdooiers los met 1/8 liter Room Culinair en een schep hete bouillon.

Klop in een tweede kom 1/8 liter slagroom stijf.

Roer het eiermengsel en de helft van de slagroom bij de soep, klop de soep met een staafmixer schuimig en laat binden.

Verdeel de soep over de borden, leg in elk bord een paar broodsterretjes, doe er een schepje slagroom boven en strooi wat paprikapoeder over het dotje slagroom.

Soep van oesterzwammen, reepjes kip en kervelroom (8 personen)

1 scharrelkip

2 uien

2 preiwitten

2 stengels bleekselderij

2 wortelen

1 kruidenbultje

3 liter water

250 gr oesterzwammen

1 1/2 dl room

50 gr verse kervel

50 gr boter

peper, zout

(een blanke roux)

Doe de goed gewassen kip met de gesnipperde de groenten, het kruidenbultje, peper, zout en het water in een pot en laat alles zachtjes koken tot de kip gaar is.

Schuim de bouillon voortdurend af.

Maak de oesterzwammen schoon, verwijder de steeltjes en kook ze in de bouillon mee.

Snijd de zwammen in reepjes en stoof die in de boter.

Neem de kip uit de soep en snijd de filets in reepjes (gebruik de rest voor een andere bereiding).

Vermeng de kip en de oesterzwammen en vul er 8 kleine potjes mee.

Mix en zeef de soep en breng haar opnieuw aan de kook.

Bind eventueel met wat blanke roux en breng op smaak.

Klop de room half op en vermeng die met de fijngemalen kervel.

Stort een potje warme zwammen en kipreepjes in het midden van een bord, lepel er de soep omheen en de kervelroom erover.
Versier met een takje kervel en doe wat kervelplukjes in de soep.

Dit is een feestelijke versie van de soep. Als alternatief kunt u de soep, gemengd met het garnituur, in soepkommetjes serveren. De room kunt u erover lepelen en het geheel onder de grill van de oven glaceren.

De scharrelkip mag door kwartels of oude patrijzen worden vervangen, de oesterzwammen door andere soorten bospaddestoelen en de kervel door peterselie of bieslook.

Romeinse stracciatella

1 soepkip
1 wortel
1 takje selderij
1 ui
1 kruidenbultje (peterselie, tijm en laurier)
5 peperkorrels
3 eieren
40 gr Parmezaanse kaas
3 eetlepels fijn griesmeel
1 eetlepel fijngehakte peterselie
nootmuskaat, peper, zout

Spoel de soepkip en trek er het loshangende vel af.

Leg de kip in 1/4 liter water en breng dit aan de kook.

Maak intussen de wortel en het selderijtakje schoon en snijd beide in stukken.

Pel de ui en hak hem fijn.

Schuim de bouillon zorgvuldig af, kruid hem met peper en zout, voeg er de soepgroenten (de wortel, het selderijtakje en de ui), het kruidenbultje en de peperkorrels aan toe en laat de bouillon ± 3 uur, net onder het kookpunt, trekken.

Giet hem vervolgens door een neteldoek, schep er het vet af, laat 1 dl bouillon afkoelen en breng de rest opnieuw aan de kook.

Klop de eieren door de afgekoelde kippenbouillon, voeg er 3 eetlepels Parmezaanse kaas, het griesmeel en de peterselie aan toe en breng op smaak met nootmuskaat en zout.

Giet deze eiermassa langzaam en onder voortdurend roeren in de kokende bouillon - de eieren zullen in vlokjes stollen - en laat nog heel even koken.

Schep de bouillon in 4 soepborden en geef er de rest van de gemalen Parmezaanse kaas apart bij.

Oosterse kippenbouillon met paddestoelen en paksoi (2 personen)

2 mienestjes
2 bosuitjes
6 champignons
3 stengels paksoi
1 eetlepel (roerbak)olie
1 pot kippenbouillon (340 ml)
1/2 dl medium dry sherry
1-2 eetlepels ketjap
1 theelepel sambal oelek

Breng in een pan ruim water aan de kook, leg de mienestjes erin en laat ze van het vuur in ± 4 minuten gaar worden.

Snijd de bosuitjes in ringetjes.

Veeg de champignons schoon en snijd ze in plakjes.

Snijd de paksoi in repen.

Verhit de bakolie in een wok of pan en bak de bosui en de champignons al omscheppend 2 minuten.

Schep de paksoi erdoor en bak alles nog ± 1 minuut.

Voeg de bouillon met het kippevlees, 1 dl water en de sherry toe.

Breng de soep aan de kook en laat het geheel nog ± 2 minuten zachtjes doorkoken.
Breng de bouillon pittig op smaak met ketjap en sambal.
Neem de mienestjes met een schuimspaan uit het water en leg ze in 3 soepkommen.
Schep de oosterse bouillon erop.

Neem voor 4 personen 4 mienestjes en verdubbel de hoeveelheid groenten.
Leng de bouillon aan met 1 dl sherry en 2 1/2 dl water.

Kippensoep met maïs en yoghurt

1 soepkip
2 in stukken gesneden bleekselderijstengels
een paar takjes peterselie
1 grofgesneden ui
blaadje foelie
blaadje laurier
een paar geplette peperkorrels
1 theelepel zout
1/8 liter slagroom
1 dl yoghurt
2 blikjes maïskorrels
3 eetlepels gehakte peterselie
1 eetlepel bieslookringetjes
4 hardgekookte kleingesneden eieren

Leg in een ruime pan de soepkip net onder water en voeg de bleekselderij, de takjes peterselie, de ui, foelie, laurier, peperkorrels en zout toe.
Breng de soep tegen de kook aan en laat hem 1 uur trekken met het deksel op de pan.

Klop alvast de slagroom met een snufje zout stijf en roer die met de yoghurt om.

Neem de kip uit de pan, haal het vlees van de botten en snijd het klein.
Zeef de bouillon en verwarm hem met het kippevlees en de uitgelekte maïskorrels.

Roer er de gehakte peterselie, de bieslookringetjes en de eieren bij, warm even door en schenk de soep in grote kommen.

Schep in elke kom een flinke lepel roomyoghurt.

Variatie:

Kook 500 gr kipfilet in 1 liter kruidenbouillon zachtjes gaar, snijd het vlees klein en kook het nog 10 minuten met 250 gr broccoliroosjes en 1 kleine in 1/2 plakjes gesneden courgette. Voeg het gehakte ei, de gehakte peterselie en gehakte selderij toe en serveer de soep met een flinke schep roomyoghurt.

Kippensoep met prei en ei

(2 personen)
1 dunne prei (± 150 gr)
2 cm verse gemberwortel
1/2 pot kippenbouillon met stukjes kip (340 ml)
1 ei
citroensap
Tabasco

Maak de prei schoon en snijd hem in heel dunne ringetjes.

Schil de gemberwortel.

Breng de kippenbouillon met 1 pot water en de gemberwortel aan de kook en laat dit ± 10 minuten zachtjes koken.

Voeg de prei toe en kook de soep nog ± 3 minuten.

Verwijder de gember.

Klop het ei los en roer het door de soep.

Verwarm de soep nog ± 1 minuut en breng haar op smaak met citroensap en Tabasco.

Gebonden kippensoep

25 gr boter

25 gr bloem
1 liter kippenbouillon (of water met 2 kippenbouillontabletten)
1 afgestreken eetlepel gewassen rijst
100 gr kipfilet (zonder bot)
1 eierdooier
2 eetlepels koffieroom
zout, peper of Cayennepeper
citroensap

Smelt de boter in een pan en roer de bloem erdoor.
Schenk een deel van de bouillon erbij en blijf roeren tot een gladde massa ontstaat.
Herhaal dit tot alle bouillon is opgenomen.
Breng de soep aan de kook en strooi al roerend de rijst erin.
Voeg de kipfilet toe en kook dit in de gesloten pan in ongeveer 20 minuten gaar.
Neem het gare kippevlees uit de pan, snijd het in blokjes en doe het terug in de soep.
Klop de eierdooier met de koffieroom los en verdun dit al roerend met enkele lepels hete soep.
Voeg dit mengsel al roerend bij de resterende soep en laat dit binden, maar NIET meer koken.
Breng de kippensoep tenslotte op smaak met zout, peper en citroensap.

Cock-a-leekie
750 gr kippenbouten
30 gr boter
50 gr rijst
1 kruidenbultje voor kip
een stukje foelie
8 gedroogde geweldige pruimen (Pruneaux)
500 gr prei
peper, zout

Stroop het vel van de kippenbouten.
Verhit de boter in een ruime pan en bak de kippenbouten rondom bruin.
Schenk er 7 dl water bij en breng dit aan de kook.
Zet het vuur laag en schep er met een schuimspaan het schuim af.
Voeg de rijst, het kruidenbultje, de foelie en peper en zout toe en kook de kip in ± 40 minuten zachtjes gaar.
Voeg na 25 minuten de pruimen toe.
Maak de prei schoon, halveer hem in de lengte en snijd hem in stukken van 5 cm.
Neem de kip en de foelie uit de bouillon, haal het vlees van de botten, pluk het vlees in stukjes en voeg het met de prei aan de bouillon toe.
Kook de bouillon nog 2 minuten en breng de soep op smaak met nog wat peper en zout.

Waterzooi I
1 ui
4 takjes peterselie
1 grote prei
4 stengels bleekselderij
1 1/2 liter runderbouillon
1 kip
30 gr bloem
30 gr boter + een klontje extra om in te fruiten
een snufje nootmuskaat
1 eidooier
1 dl room
1/2 citroen
zout, peper

Hak de ui, de peterselie, de prei en de bleekselderij in stukken en fruit deze in een klontje boter goudgeel.

Giet de bouillon erbij en breng dit aan de kook.
Snijd de kip in stukken, doe de stukken bij de bouillon en laat dit in een gesloten pan ongeveer een uur zachtjes doorkoken.
Maak van de 30 gr bloem en de 30 gr boter een roux en laat de roux in ± 3 minuten gaar, maar niet bruin, worden.
Giet er langzaam 1/2 liter van de bouillon bij en breng dit, nog steeds roerend, aan de kook.
Maak de roux op smaak met een snufje nootmuskaat.
Doe nu de roux bij de soep en laat die een kwartiertje zachtjes doorkoken.
Klop vlak voor het serveren 1 eidooier los met 1 dl room, het sap van de halve citroen en een paar lepels van de warme soep en giet dit, van het vuur af, al roerende bij de soep.
Breng de soep op smaak met zout en peper.

Waterzooi II

1 kip van ± 1200 gr
zout, peper
30 gr boter
1 prei
1 stengel bleekselderij
1 ui
1 wortel
1 liter kippenbouillon
2 eidooiers
1 eetlepel melk
2 eetlepels peterselie

Snijd de kip in 8 gelijke stukken en bestrooi die met zout en peper.
Smelt de boter in een grote braadpan.
Maak de prei, bleekselderij, ui en wortel schoon en snijd ze klein.
Laat de groenten 10 minuten in de boter smoren.
Leg de stukken kip op de groenten en schenk de bouillon erbij.
Breng het geheel aan de kook, doe een deksel op de pan en laat alles een uurtje sudderen.
Haal de stukken kip uit de bouillon en houd ze warm.
Klop de eidooiers los met de melk.
Giet eerst een paar lepels hete bouillon bij het ei-melkmengsel, roer dit goed door elkaar en giet dit mengsel dan bij de bouillon.
Haal de bouillon van het vuur.
Verdeel de groenten en de bouillon over 4 soepborden en leg de stukken kip erin.
Strooi er peterselie over.

Waterzooi III

4 kippenbouten
zout, versgemalen peper
2 preien
1 winterwortel
5 stengels bleekselderij
6 takjes peterselie
25 gr boter
1 liter kippenbouillon
1 ui
2 kruidnagels
2 eidooiers

Wrijf de bouten in met zout en peper.
Maak de prei, de wortel en de bleekselderij schoon en snijd ze in stukjes.
Verhit de boter in een braadpan en bak de groenten, behalve de ui, op hoog vuur ± 3 minuten.
Doe de kip in de pan en laat alles met het deksel op de pan op laag vuur ± 15 minuten stoven.
Breng de bouillon aan de kook.
Pel de ui en steek er de kruidnagels in.

Giet de hete bouillon bij de kip, doe er 4 takjes peterselie en de ui bij en laat dit ± 1 uur zachtjes koken.

Roer in een kommetje de eierdooiers los.

Neem de pan van het vuur, roer de dooiers door de soep en laat haar niet meer koken.

Haal de ui uit de soep en verdeel de kip en de groenten over 4 borden.

Giet de soep erover en garneer met verse takjes peterselie.

Lekker met warm stokbrood en kruidenboter.

Chinese kippensoep (6 personen)

2 1/2 cm verse gemberwortel

75 gr peultjes

1 rode paprika

1 bosuitje

1 zakje Chinese kippensoep (Knorr)

100 gr Chinese instant-mie

2 eetlepels droge sherry

2 eieren

peper, zout

4 eetlepels Croûtignos Saladeversierder met ui en knoflook

Schil de gemberwortel en snijd hem in heel dunne reepjes.

Was de peultjes en haal ze af.

Maak de paprika schoon en snijd het vruchtvlees in kleine stukjes.

Maak het bosuitje schoon en snijd het in ringetjes.

Strooi de inhoud van het zakje soep in 1 liter handwarm water, voeg de gember toe en breng de soep al roerend aan de kook.

Voeg de paprika en de peultjes toe en kook de soep 4 minuten.

Neem de pan van het vuur en roer er dan de mie door.

Laat de soep 2 minuten staan, schep nogmaals goed door en breng de soep op smaak met de sherry.

Bak intussen van de eieren, peper en zout een omelet, rol hem op en snijd hem in plakjes.

Verdeel de soep en de ei-rolletjes over grote kommen en garneer met de ringetjes bosui en de croûtignos.

Variatietip:

Vervang voor een extra gevulde Chinese tomatensoep het zakje Chinese kippensoep door 1 zakje Chinese tomatensoep.

Yunnan pot-kippensoep

5 gr ligusticum acutilobum (chiretta of dang qui)

4 enkele kipfilets

30 gr Chinese paddestoelen

1 theelepel suiker

1 eetlepel rijstwijn

20 gr gember

zout

Was de paddestoelen, verwijder zo nodig het vet en de zenen van de kipfilets en leg de kip en de paddestoelen in de yunnan pot.

Voeg de ligusticum acutilobum, de suiker, de rijstwijn, de gember en zout toe.

Vul de yunnan pot voor 3/4 met water en doe het deksel op de pot.

Neem een pan waarop de yunnan pot precies past en vul die voor 3/4 met water.

Leg een theedoek in een rand om de pan en zet de yunnan pot op de pan.

Zorg, dat de onderkant van de yunnan pot het water niet raakt (u kunt de pot ook in een stoompan zetten).

Breng het water aan de kook en stoom de kip op middelhoog vuur 1 1/2 uur.

Vul het water in de pan zo nodig bij.

Serveer de soep in de yunnan pot.

Kippensoep met mie (6-8 personen)

450 gr zeer dunne mie of mihoen
2 eetlepels plantaardige olie
250 gr gekookte kip, in blokjes gesneden
175 gr Chinese of witte kool, schoongemaakt en in dunne reepjes gesneden
1 1/2 liter kippenbouillon
1 theelepel suiker
1 theelepel zout
2 eetlepels Shao Hsing wijn of droge sherry
2 eetlepels lichtje sojasaus

Breng in een grote pan voldoende water aan de kook om de mie te koken.
Voeg de mie aan het water toe en kook net lang genoeg om ze beetgaar te houden. Volg de voorschriften op de verpakking, de kooktijden zijn per soort erg verschillend.
Giet de mie af en spoel met koud water om plakken tegen te gaan.
Maak in de wok de olie heet, bak al omscheppend de stukjes kip 1-2 minuten en haal ze met een schuimschaaf uit de pan.
Bak in de achtergebleven olie de reepjes kool eveneens 1-2 minuten.
Strooi er suiker en zout over en schenk de wijn en de sojasaus erbij.
Laat even door en door heet worden en voeg dan de kippenbouillon, kip en mie toe.
Warm alles goed door, maar laat de soep in geen geval meer koken, anders wordt de mie te zacht.
Schep de soep in verwarmde kommen of borden en dien direct op.

Haaievinnesoep
1 kipfilet
1 ei
3 teentjes knoflook
2 schijfjes gember
1 prei
1 eetlepel aardappelmeel
2 eetlepels zoute ketjap
1 eetlepel ve-tsin
zout en peper

Kook de kip in 1 liter water, haal haar uit de pan en pluk haar heel fijn.
Snijd de prei, de gember en de knoflook fijn.
Bak de gember en de knoflook in een klein beetje olie.
Voeg de kippenbouillon toe en doe er de kip bij.
Breng de soep op smaak met de zoute ketjap, ve-tsin, zout en peper en bind haar met aardappelmeel (maak de soep niet te dik).
Giet er, als de soep kookt, onder voortdurend roeren het geklutste ei bij.
Zet dan het vuur uit en voeg de prei toe.

Kippensoep met noedels en groenten
(6 personen)

100 gr kipfilet
1 theelepel rijstbrandewijn (sake) of sherry
2 eetlepels sojasaus
50 gr fijne Japanse noedels
1 prei (150 gr)
1 wortel
10 gr verse gember
2 eetlepels sesamololie
8 dl gevogeltesfond
1/2 liter water
zout

Spoel de kipfilet onder koud water af, dep het vlees droog en snijd het in kleine dobbelsteentjes.
Meng de rijstbrandewijn met de sojasaus en laat het kippevlees daarin marinieren.
Breek de pasta in stukken van 5 cm en kook ze in 2 minuten in kokend water gaar.

Giet de noedels af, spoel ze met koud water en laat ze uitlekken.
Was de prei en de wortel, snijd ze in stukken van 5 cm en daarna in fijne reepjes (juliënne).
Schil de gember, snijd hem in stukjes en druk die door de knoflookpers.
Verhit de olie in een pan, haal er het vlees even door tot het is dichtgeschroeid en neem het er weer uit.
Breng de gevogeltefond met het water aan de kook en blancheer de wortelreepjes 2 minuten.
Voeg dan de prei, kip en noedels toe en laat nog 2 minuten zachtjes koken.
Roer de gember door de soep en breng op smaak met wat zout.

Koreaanse kippensoep met noedels

500 gr kippepootjes
1 liter water
2 fijngesneden sjalotjes (of Chinese bieslook)
3 in een vijzel fijngestampte middelgrote teentjes knoflook
1 eetlepel sesamolie
2 eetlepels sojasaus
2 eetlepels Koreaanse chilipasta (Oosterse winkel)
250 gr (zelfgemaakte) fettuccine

Maak de kippepootjes schoon: verwijder vel, vet en zenen.
Doe het water in een soeppan en leg de kippepootjes erin.
Breng het water aan de kook, zet het vuur laag, schuim zo nodig af en laat het geheel ± 45 minuten trekken.
Neem de kippepootjes uit de bouillon, haal het vlees van de botten, snijd het klein, vermeng het met de sesamolie, de sojasaus en de chilipasta en verdeel dit over 4 soepkommen.
Breng de kippenbouillon aan de kook, voeg de sjalotjes, de knoflook en de fettuccine toe en kook de pasta in 2-3 minuten beetgaar.
Schep de soep in de kommen over het kippevlees.

Japanse lunchsoep

1 liter water
1 1/2 dl tepanjaki-marinade (Kikkoman)
300 gr kipfilet
150 gr soba (boekweitpasta)
100 gr shii-take paddestoelen
1 prei
2 bosuitjes
1 winterwortel
4 eieren
peterselie

Vermeng het water met de tepanjaki-marinade en kook in een deel hiervan de kipfilet 30 minuten.
Roer deze bouillon bij de rest, breng het geheel aan de kook en kook hierin de boekweitpasta 15 minuten.
Snijd de kipfilet in plakjes en schep die met 1 eetlepel marinade om.
Kruis van de shii-take de hoedjes bovenop in.
Snijd het groen van de prei in ruiten, snijd de bosuitjes met groen in stukjes van 3 cm, snijd de winterwortel in plakjes en steek hier bloemetjes uit.
Roer de groenten en de paddestoelen de laatste 5 minuten bij de soep.
Verdeel de kipstukjes over 4 vuurvaste kommen en schep de soep erop.
Breek in elke kom een ei.
Schuif de kommetjes op de bakplaat in een oven van 200°C en laat de eieren in 5 minuten stollen.
Bestrooi met peterselie.

Dobin-Mushi soep (Japanse soep met vis en kip)

4 Chinese garnalen (ontdood)
± 150 gr kipfilet
1 liter dashi (Japanse visbouillon, instant)*
1/2 theelepelt zout

1 theelepel Japanse sojasaus*
2 eetlepels sake
12 gingkonootjes (blik)*
4 shii-take paddestoelen
1 doosje daikonkers (Japanse tuinkers)*

Kook de garnalen in weinig kokend water in enkele minuten gaar.

Snijd de kipfilet in stukjes van ± 3 cm.

Breng de bouillon aan de kook, voeg het zout, de sojasaus en de sake toe, roer de garnalen, kip, gingkonootjes en shii-take erdoor en laat de soep ± 15 minuten koken. Bestrooi de soep met de daikonkers en serveer hem direct..

Ingrediënten met * zijn bij een Japanse of Oosterse winkel verkrijgbaar.

Volgens Japans gebruik worden eerst de vaste ingrediënten eruit gegeten en dan wordt de soep uit kommetjes gedronken.

Soto trassie

2 kippenpoten
1 ui
1 1/2 theelepel trassie
1 vingerlengte geschilde, in stukjes gesneden gember
1 theelepel koenjit
2 theelepels ketoembar
3 blaadjes djerook peroet
3 kimiries
1 theelepel ketjap
3 teentjes knoflook
2 eetlepels olie
3 preien
1/2 bosje selderij
3 kopjes rijst

Voor de bouillon:

3 bouillontabletten
het donkergroen van de prei
1 grote ui
1 geschilde winterwortel
de stelen van de selderij
1 1/2 liter water

Trek eerst in 45 minuten een krachtige bouillon van de kip en de overige ingrediënten. Zeef de bouillon, haal het vlees van de poten en snijd het in kleine stukjes.

Doe alle kruiden in een vijzel, inclusief de in stukjes gesneden ui en knoflook en stamp tot een mooie gladde pasta is ontstaan.

Verhit de olie en laat de kruidenmassa hierin onder voortdurend roeren enkele minuten zachtjes bakken.

Giet de bouillon in de pan en laat deze aan de kook komen.

Voeg er dan de kip en de fijngesneden prei en selderij bij.

Serveer, voordat de prei gaar is.

Als u er per persoon een kopje gekookte rijst en een half hardgekookt ei bij serveert, is dit een maaltijdsoep.

De echte liefhebber doet nog wat sambal en een kneepje citroen (of beter nog limoen) in de soep.

Soto ajam (kippensoep)

1 vette kip
4 sjalotten
2 teentjes knoflook
4 kemiries
1/2 theelepel ketoembar
1 1/2 vingerlengte koenir of 2 theelepels poeder
1 theelepel trasi
1 1/2 eetlepel boter

**1 stengel sereh
2 bouillonblokjes
2 dunne preitjes
50 gr laksa
200 gr witte kool
4 eieren
4 aardappelen
1/2 bosje bieslook
1 bosje selderij
gefruite uitjes**

Pel de sjalotten en de knoflook en snijd ze fijn.

**Kneus ze fijn met de kemiries, de ketoembar, de koenir en de trasi en fruit ze in de boter.
Voeg 6 dl water toe.**

Snijd de kip in stukken en leg die in het water.

Voeg, zodra het water kookt, de sereh en de bouillonblokjes toe.

Leg het deksel op de pan en kook de bouillon op een niet te hoog vuur.

Was de prei en snijd ze in ringen.

Doe ze in de bouillon als de kip bijna gaar is.

Voeg zo nodig telkens wat heet water toe, want de kip moet zwemmen in het vocht.

Kook de laksa, de kool, de eieren en de aardappelen ieder apart gaar. Snijd de eieren en de aardappelen in plakjes.

Was en snipper de bieslook en de selderij.

Dien de soto als volgt op:

Schep in diepe orden wat van de aardappelschijfjes, daarover plakjes ei, gesneden laksa en kool.

Bovenop de bieslook en selderij en het allerlaatst de fruitjes.

Schep er tenslotte enkele soeplepels soto er.

Serveer de bijbehorende sambal erbij.

Ontpit hiervoor 3 lomboks en kneus deze met 4 gebrande kemiries, wat trasi, zout en een mespunt suiker.

1 Theelepels van deze sambal is voldoende voor één portie.

Geef er verder bij:

- een schoteltje met ketjap, waardoor citroensap is geperst
- kroepoek oedang (garnalenkroepoek)
- een klein kommetje warme rijst

Soto soep

(Javaanse soep)

**500 gr vlees
zwarte peper, zout
2 liter water
5 takjes selderij
2 uien
6 teentjes knoflook
6 eetlepels ketjap
olie
taugé**

Kook het vlees goed gaar met anderhalve theelepels zout, zwarte peper en de ketjap, tot er nog 1 liter bouillon over is.

Bak de in de lengte gesneden knoflook en uien in een hoeveelheid olie mooi bruin.

Pluis het uitgekookte vlees uit en bak het ook bruin.

Snijd de selderij heel fijn.

De taugé blijft zoals ze is.

Doe in elk soepbord of soepkommetje wat hete bouillon en voeg er de rauwe taugé en selderij met het gebakken vlees, de gefruite uien en knoflook bij.

U mag er ook sambal oelek bij geven.

Kip en kokossoep

225 gr kipfilet

25 mm verse Kha gember aan een stuk

6 teentjes knoflook
3 sjalotten
6 korianderwortels
2 stengels citroengras
6 peperkorrels
1 theelepel rode sambal
5 kleine groene pepers
7 Kaffir limebladeren
12 korianderbladeren
500 ml (2 kopjes) dikke kokosmelk
500 ml (2 kopjes) dunne kokosmelk
50 ml (1/4 kopje) vissaus
50 ml (1/4 kopje) limesap

snijd de kip en de gember in plakken.

Hak de knoflook, de sjalotten, de korianderwortels en het citroengras in stukken, doe die samen met de peperkorrels, de sambal en de helft van de gember in een vijzel en stamp tot een gladde massa ontstaat.

Kneus de pepers en snijd de koriander- en limebladeren in stukjes.

Breng de helft van de dikke kokosmelk aan de kook, voeg de kruidenmassa toe en laat het al roerend 4-5 minuten goed doorkoken.

Voeg dan de kip, de rest van de gember en de rest van de kokosmelk toe en breng het opnieuw aan de kook.

Temper het vuur en laat het zacht doorkoken tot de kip gaar is.

Voeg dan de vissaus, het limesap en de pepers toe en kook de soep al roerend nog 1 minuut.

Doe de soep in een terrine en strooi er de stukjes van de bladeren over.

Kruidige kokosmelk- en kippensoep
(6 personen)

1 1/4 liter Thaise kippenbouillon
1/2 liter ongezoete kokosmelk
1/8 liter citroensap
1/8 liter vissaus
4 plakjes gedroogde laos
4 citroenbladeren of 1 theelepel geroosterde citroenschil
2 stengels sereh of 2 theelepels serehpoeder
2 hele kippenborsten
2 groene lomboks
1/2 theelepel suiker

Hak de serehstengels heel fijn.

Snijd de ontvelde en ontbeende kippenborsten in stukken van 2,5 cm.

Snijd de lomboks diagonaal in ringen van 3 mm.

Verhit de bouillon in een grote pan.

Voeg de kokosmelk toe en roer tot hij goed is vermengd met de bouillon.

Doe het citroensap en de vissaus erbij.

Roer de laos, citroenbladeren, sereh en kip erdoor.

Laat de soep 15 tot 20 minuten sudderen, of tot de kip gaar is.

Roer de lomboks erdoor en serveer de soep heet.

*** De soep is erg zuur.**

Het is daarom aan te raden, slechts de helft van het citroensap te gebruiken en de rest er apart bij te serveren.

*** De vissaus maakt de soep vrij zout.**

Als u daar niet van houdt, moet u minder vissaus gebruiken.

*** Als u de soep pittiger wilt maken, kunt u de helft van de lomboks meekoken en de rest na het koken toevoegen.**

Kippensoep met kokos
(6 personen)

1 liter kippenbouillon (tablet)

4 fijngeknipte stengels citroengras (sereh)
1 galangawortel (laos) in plakjes
10 verse limoenblaadjes (djeroek poeroet) in reepjes
2 eetlepels vissaus
1 eetlepel suiker
2 blikjes kokosmelk (santen)
het sap van **3** citroenen
8-10 gekneusde rode pepertjes
1 grote kipfilet in blokjes

Breng de bouillon met het citroengras, de galanga en de limoenbladeren aan de kook en laat ± 10 minuten zachtjes koken.

Voeg de vissaus en de suiker toe en laat ± 5 minuten koken.

Voeg al roerend de kokosmelk en het citroensap toe en laat ± 5 minuten koken.

Roer de rode pepers en de kip erdoor en laat 2-3 minuten koken.

Kippensoep met kokosmelk en lente-ui

4 dl kokosmelk (uit blik)
6 dl kippenbouillon van tablet
300 gr kipfilet in reepjes
1/2-1 theelepel geraspte citroenschil
zout, peper
3 lente-uitjes in dunne ringen
2 groene pepers in dunne ringen
2 eetlepels vissaus (Nam Pla) of sojasaus
3 eetlepels korianderblaadjes

Breng de kokosmelk met de bouillon aan de kook, voeg de kipfilet en citroenrasp toe en laat ± 15 minuten zachtjes koken tot de kip gaar is.

Breng de soep met zout en peper op smaak.

Roer de lente-ui en groene peper erdoor en kook die ± 2 minuten mee.

Roer de Nam Pla erdoor en strooi er voor het serveren de korianderblaadjes over.

Serveer de soep met korianderstengels.

Korianderstengels

Bestrijk 8 plakjes fillodeeg van 20 x 6 cm met 3 eetlepels gesmolten boter.

Beleg de helft van elk plakje deeg met wat korianderblaadjes en vouw het fillodeeg in de lengte dubbel (dus tot 20 x 3 cm).

Draai de stengels 2 keer een halve slag en bestuif ze heel dun met een snuffje kerrie.

Bak de stengels in het midden van de oven (200°C) in 8-12 minuten lichtbruin.

**Currysoep met glasnoedels
(6 personen)**

Voor de bouillon:

2 eetlepels olie
2 fijngesneden rode uien
3 fijngesneden teentjes knoflook
zout
1 theelepel gemalen koriander (ketoembar)
1/2 theelepel gemalen komijn (djinten)
1 1/2 eetlepel kemiriepasta (potje)
1/2 theelepel garnalenpasta (trassi)
1/2 theelepel gemalen kurkuma (koenjit)
6 dl kokosmelk (blik á 4 dl)
± 1 1/2 kg kipedelen
2 stengels citroengras (sereh)
3 blaadjes salam
5 schijfjes laoswortel
1-2 theelepels suiker

Voor erbij:

1 zakje lontong (witte kleefrijst)
4 eetlepels olie

1 tahoe in blokjes van 1 1/2 x 1 1/2 cm
200 gr glasnoedels (laksa of bihoen)
250 gr taugé
2 eetlepels fijngesneden koriander
2 in schuine ringen gesneden rode pepertjes
3 in schuine gesneden ringen lente-uitjes
4-6 eetlepels gebakken uitjes (fruitjes)

Bouillon:

Laat in een grote pan de uien en de knoflook in 2 eetlepels olie ± 5 minuten zachtjes bakken.

Voeg 2 theelepels zout, de koriander, komijn, kemirrie, garnalenpasta en kurkuma toe en bak die omscheppend ± 2 minuten.

Voeg de kokosmelk, 5 dl water, de suiker, het citroengras, de salam, laos en kip toe en kook de kip in 45-69 minuten zachtjes gaar.

Schep de kip uit de bouillon en snijd het vlees in reepjes.

Breng de bouillon met zout op smaak.

Kook de lontong in het zakje in ruim water in ± 45 minuten gaar.

Laat hem in het zakje afkoelen, knip het zakje open en snijd de rijst in blokjes.

Bak de blokjes tahoe in 2 eetlepels olie (in gedeelten) in ± 5 minuten knapperig en laat ze op keukenpapier uitlekken.

Week de noedels volgens de gebruiksaanwijzing en laat uitlekken.

Bak de kipreepjes in 2 eetlepels olie in 5-8 minuten goudbruin.

Voeg de taugé en de koriander toe en bak die 1 minuut mee.

Leg de blokjes lontong in diepe borden en verdeel daarop de noedels, het kipmengsel en de tahoe.

Schenk er wat bouillon over en garneer de noedels met gebakken uitjes, ringetjes peper en lente-ui.

Thaise curry-noedelsoep

200 gr half-om-halfgehakt

2 eetlepels fijngesneden koriander

1 fijngesneden citroenblad (djeroek poeroet)

1 gesnipperde rode chilipeper

2 eetlepels Thaise vissaus (Nam Pla)

4 teentjes knoflook, waarvan 1 fijngesneden en 3 in reepjes

2 theelepels rijstbloem

50 gr laksa (bihoen of glasnoedels)

100 gr spitskool of paksoi in reepjes

1 fijngesneden lente-uitje

1 eetlepel fijngesneden koriander

1 liter kippenbouillon (van tablet)

Meng het gehakt met 1 eetlepel koriander, het citroenblad, de rijstbloem, de chilipeper, de vissaus en de fijngesneden knoflook en draai er balletjes van.

Breng de bouillon aan de kook, voeg de gehaktballetjes toe en laat ze op matig vuur ± 10 garen.

Doe de kool en de lente-ui bij de soep en kook die in 3 minuten beetgaar.

Bak de reepjes knoflook in 1 eetlepel olie in ± 3 minuten lichtbruin.

Breek of knip de laksa in kleinere stukken, overgiet ze in een schaal met heet water, laat ze volgens de aanwijzingen op de verpakking weken en verdeel de noedels over de soepkommen.

Schenk de hete soep erover en bestrooi met de geroosterde knoflook en koriander.

Heldere bouillon uit Thailand

Snijd 100 gr shii-takepaddestoelen in plakjes.

Als u gedroogde Chinese paddestoelen (bijvoorbeeld wolkenoren) gebruikt, neem er dan 8 en laat die 20 minuten in heet water weken.

Verhit in een wok 1 eetlepel olie en bak hierin al omscheppend 1 gesnipperde ui, 2 in ringen gesneden rode pepertjes en 2 djeroek-poeroetblaadjes of een stukje limoenschil 1 minuut.

Voeg 8 dl kippenbouillon, het sap van 1/2 limoen en een paar druppels vissaus (Nam Pla) toe en breng het aan de kook.

**Voeg de paddestoelen, 200 gr maïskorrels (uit blik) en 2 in ringetjes gesneden bosuitjes toe en warm goed door.
Breng de soep op smaak met zout en garneer met korianderblaadjes.**

Thaise kippenbouillon (3 liter)

**botten van 2 kippenborsten
2 selderijstengels
1 grote wortel
1 middelgrote ui**

**Snijd de selderij en de wortel in stukken van een centimeter.
Snijd de ui in 4 stukken.
Breng 3 liter water aan de kook in een grote pan.
Doe de ingrediënten erin en laat het geheel een kwartier doorkoken.
Doe het deksel op de pan, zet het vuur laag en laat de soep nog een half uur sudderen.
Zeef de bouillon en gooi de kippenbotten en groenten weg.**

Thaise kippensoep

**1 soepkip
1 stengel sereh (citroengras)
3 blaadjes djeroek peroet (citroenblad)
1 blokje verse gember
1 kleine rode peper (lombok)
1 bosje verse koriander
1/2 zakje schelpjesmacaroni
1 theelepel tom yam pasta (voor soep)
Kippenbouillonpoeder of -pasta
1 ui
1/2 prei
een handje peterselie
1 zak soepgroente**

**Zet de soepkip op in een grote pan, samen met de ui, de peterselie, de prei, de gemberwortel, het citroenblad en -gras en de lombok.
Laat het geheel langzaam garen, zodat de kip bijna uit elkaar valt als u hem uit de pan haalt.
Passeer de soep door een zeef en laat de kip afkoelen.
Doe de bouillon in een andere pan en doe er het citroenblad en -gras weer in.
Breng de bouillon op smaak met het bouillonpoeder en doe er daarna de soepgroente bij.
Verhit de bouillon tot het kookpunt.
Kook de macaroni en voeg deze met de tom yam pasta bij de bouillon.
Maak de kip schoon.
Ontdoe hem van vel en botten en snijd het vlees in niet te kleine stukjes.
Voeg het bij de soep.
Hak de Koriander fijn en strooi het bij het serveren over de soep.**

Thaise kip-kokossoep

**2 kipfilets
2 blikken kokosmelk á 400 ml
2 1/2 dl kippenbouillon
4 bosuitjes
4 sprieten vers of gedroogd citroengras (sereh) of de geraspte schil van 1/2 citroen
het sap van 2 limoenen
1 theelepel geraspte verse gemberwortel
1 eetlepel vissaus (Nam Pla)
1 theelepel sojasaus
12 kleine rode pepers
4 citroenblaadjes
6 takjes verse koriander**

**Giet de kokosmelk en de bouillon in een grote pan.
Snijd de bosuitjes in ringetjes.**

Gebruik van het citroengras alleen de onderste 10 cm en snijd het wortelschijfje eraf. Verwijder de taaie buitenste bladeren en snijd de binnenste sprietten heel fijn. Doe het citroengras of de geraspte citroenschil, het limoensap, de geraspte gember, de vissaus, de sojasaus, de hele pepers, de bosui en het citroenblad in de bouillon en verwarm de soep tot aan het kookpunt. Snijd de kipfilets in 2 1/2 cm lange reepjes, doe die in de soep en laat ze 10 minuten zachtjes koken. Houd 4 takjes koriander achter, snijd de rest fijn en doe dit in de soep. Verwijder de pepers en het citroenblad en schep de soep in kommen. Garneer met takjes koriander en serveer.

Thom Yum

2 kipfilets
1/2 kippenbouillontablet
1 blik kokosmelk (400 gr)
2 cm gesnipperde galanga- of gemberwortel
1 stuk citroengras van ± 7 cm
2 geperste teentjes knoflook
2 eetlepels fijngehakte korianderwortel
2-3 fijngehakte rode pepertjes zonder zaadjes
2 eetlepels vissaus
1 volle eetlepel suiker of palmsuiker
1 theelepel zout
2 citroenblaadjes, vers of diepvries
200 gr rauwe of gekookte garnalen
het sap van 1 limoen
5 fijngehakte takjes koriander
2 bosuitjes in ringetjes
2 rode pepers in ringetjes

Zet de kipfilets op met water en het bouillontablet en laat het vlees in ± 30 minuten gaar worden.

Snijd het kippenvlees in schuine plakken, doe die bij de bouillon, voeg de kokosmelk toe en laat het zachtjes koken.

Hak het citroengras, de galanga- of gemberwortel, de knoflook, de koriander en de pepertjes fijn en doe ze met de vissaus in de soep.

Breng op smaak met de suiker, het zout en het citroenblad en laat het geheel nog 15 minuten trekken.

Roer kort voor het serveren de garnalen en het limoensap door de soep en warm even door.

Garneer met korianderblad, bosuitjes en pepers.

Gekruide kippensoep

325 gr kipfilet
125 gr kippenlevertjes
1/4 theelepel zout
versgemalen zwarte peper
2 sjalotten
25 mm verse Kha gember
25 mm verse gember
2 stengels citroengras
7 gescheurde Kaffir limebladeren
1,25 liter kippenbouillon
2 eetlepels vers limesap

Voor de saus:

3 rode pepers
2 teentjes knoflook
25 gr (2 eetlepels) suiker
50 ml (1/4 kopje) vissaus
125 ml (1/2 kopje) limesap

snijd de kipfilet en de kippenlevers in dobbelsteentjes en bestrooi die met zout en versgemalen zwarte peper.

Snijd de sjalotten, de gember en het citroengras in plakjes en scheur de limebladeren in stukjes.

Breng de bouillon aan de kook, voeg alle ingrediënten toe en kook het vlees in ± 20 minuten gaar.

Breng de soep op smaak met het limesap en laat haar nog 1 minuut doorkoken.

Doe de soep daarna in een terrine en dien haar met de al bereide saus op.

Voeg naar smaak een beetje saus toe.

Hak voor het bereiden van de saus de pepers en de knoflook in stukjes, doe ze met de suiker en de vissaus in een vijzel en stamp tot een gladde massa is ontstaan.

Voeg het limesap toe en meng alles goed door elkaar.

Kippensoep met mango

1 liter kippenbouillon (van 2 tabletten)

2 1/2 cm gemberwortel in reepjes

2 eetlepels limoensap

1 theelepel serehpoeier

1 rood pepertje in ringen

2 kipfilets in reepjes

1 wortel in reepjes

1 zakje santen

1 mango in lange dunne repen

1 eetlepel grofgehakte koriander

Breng de bouillon met de gember, het limoensap, de sereh, rode peper, kip en wortel tegen de kook.

Laat de kip daarin in ± 15 minuten gaar worden.

Roer er de santen door.

Warm de plakjes mango even in de soep mee.

Strooi er voor het serveren de koriander over.

Chicken gumbo

(8 personen)

Voor de bruine roux:

80 gr bloem

3/4 dl plantaardige olie

Voor de gumbo:

1 grote kip in stukken

5 gedroogde Spaanse pepers

3 blaadjes laurier

1 1/2 theelepel tijm

4 theelepels zout

1 grof gesnipperde ui

4 uitgeperste teentjes knoflook

300 gr sperziebonen (of okra's) in stukken van 2 1/2 cm

2 groene paprika's in blokjes

1 theelepel cayennepeper

1/2 theelepel tabasco

± 400 gr rijst

Verhit de olie in een pan met dikke bodem.

Roer de bloem erdoor tot een gladde massa.

Laat de roux op laag vuur in 30-45 minuten mooi bruin worden, let op dat het niet verbrandt.

Leg de kip met de pepers, laurier, tijm en zout in grote soeppan.

Schenk er royaal water bij tot de kip onder staat.

Breng aan de kook en laat ± 45 minuten zacht koken.

Haal de kip uit de pan en snijd haar iets kleiner.

Zeef de bouillon.

Doe de roux in de soeppan, voeg de ui en knoflook toe en bak die ± 10 minuten mee.

Roer de sperziebonen en paprika erdoor en schenk de bouillon erbij.

Voeg de cayennepeper en tabasco toe en laat ± 1 uur zacht koken.

Kook de rijst volgens de gebruiksaanwijzing.

**Roer voor het serveren de kip door de gumbo.
Schep op een bord eerst wat rijst en schenk daaromheen de gumbo met kip.**

Heldere soep van glasmie en groenten
225 gr glasmie
5 gedroogde zwarte paddestoelen
2 eetlepels gedroogde 'spice flowers'
150 gr varkensvlees
2 teentjes knoflook
1 theelepel gehakte korianderwortel
1/4 theelepel zout
2 peperkorrels
50 gr bamboespruiten
5 lente-uitjes
50 gr tahoe
1,25 liter kippenbouillon
1 ei
versgehakte korianderbladeren

**Week de glasmie in warm water tot het zacht is en laat het uitlekken.
Was de paddestoelen onder stromend koud water goed af en laat ze daarna 40 minuten in warm water. weken.
Verwijder de harde steeltjes en snijd de hoedjes in stukjes.
Week de 'spice flowers' in warm water tot ze zacht zijn en laat ze goed uitlekken.
Maal het vlees met een vleesmolen goed fijn en doe het in een mengkom.
Stamp de knoflook, korianderwortel, zout en peperkorrels tot een glad geheel is ontstaan, voeg het varkensvlees toe, meng alles zeer goed door elkaar en draai er balletjes van.
snijd de bamboespruiten, lente-uitjes en tahoe in stukjes.
Giet de bouillon in een diepe pan en breng die aan de kook.
Voeg de vleesballetjes toe, temper het vuur en laat de soep 20 minuten zacht doorkoken.
Voeg de mie, paddestoelen, 'spice flowers' en bamboespruiten toe en laat nog 15 minuten doorkoken.
Klop het ei licht op en voeg het onder voortdurend roeren aan de soep toe tot het ei hard is geworden.
Voeg tenslotte de tahoe en de lente-uitjes toe en laat de soep nog 1 minuut koken.
Doe de soep in een terrine en garneer met de gehakte korianderblaadjes.**

**Koreaanse rundvlessoep met rettich
(6-8 personen)**

**600 gr rundvlees met bot * in stukken van 3 cm
200 gr rettich in stukken van 3 x 3 cm
100 gr vermicelli noedels (sweet potato starch noodle, toko)
zout, peper
1 eetlepel fijngesneden knoflook
1 eetlepel sojasaus (Kikkoman)
1 eetlepel geroosterd sesamzaad
1/2-1 eetlepel sesamolie
1 lente-ui in dunne ringen**

**Kook het vlees en de rettich in ruim water in 2-3 uur gaar en schep ze dan uit de pan.
Breng het kookvocht (de soep) met zout en peper op smaak.
Voeg de noedels toe en kook ze in 7-10 minuten gaar.
Snijd de rettich in heel dunne plakjes.
Snijd het vlees in kleine stukjes en vermeng het met de rettich, de knoflook, de sojasaus, het sesamzaad en de sesamolie.
Roer het vleesmengsel door de soep, warm alles even goed door en garneer de soep met de lente-ui.**

*** In Korea worden vaak stukken rundvlees met bot gebruikt. Dit zijn eigenlijk spareribs van rundvlees. U kunt de soep ook maken met riblappen, die u in blokjes snijdt.**

Gembersoep

2 sjalotten
1 teentje knoflook
10 gr verse gember
100 gr peterseliewortel
150 gr wortelen
100 gr prei
1/4 venkelknol
2 eetlepels boter
1/8 liter versgeperst sinaasappelsap
6 dl gevogeltefond
zout, peper, anijspoeder
enkele plakjes kervel

Schil de sjalotten, de knoflook, de gember- en peterseliewortel en de wortelen.

Houd 1 wortel apart en hak de rest van de groenten fijn.

Was de prei en snijd hem fijn.

Was de venkel en snijd de knol in fijne plakjes.

Verhit de helft van de boter in een pan en fruit de groenten daarin onder voortdurend roeren glazig.

Blus af met het sinaasappelsap en laat dit 3 minuten inkoken.

Doe er de gevogeltefond bij en laat de soep in een gesloten pan ± 15 minuten koken.

Snijd de overgebleven wortel in fijne plakjes, stoof die 3 minuten in de rest van de hete boter en kruid met peper en zout.

Maak de soep met een mixer fijn en kruid haar met 1 mespuntje anijspoeder en wat zout.

Garneer met plakjes wortel en plakjes kervel.

Gebonden soep met gevulde paddestoelen

12 gedroogde zwarte paddestoelen
125 gr mager varkensvlees
2 waterkastanjes uit blik
1 teentje knoflook
2 lente-uitjes
1 theelepel gehakte korianderwortel
1 theelepel gehakte korianderbladeren
2 theelepels lichte sojasaus
2 theelepels rijstwijjn
zout en versgemalen witte peper naar smaak
175 gr watermeloen
1,25 liter heldere kippenbouillon
1/2 theelepel knoflookolie
verse korianderbladeren

Laat de paddestoelen 40 minuten in warm water weken en haal dan de harde steeltjes weg.

Maal het vlees in een vleesmolen fijn en doe het in een mengkom.

hak de waterkastanjes in stukken en doe ze bij het vlees.

Hak de knoflook en de lente-uitjes zeer fijn en doe ze met de korianderwortels, korianderbladeren, sojasaus, wijjn, zout en versgemalen peper bij het varkensvlees.

Roer alles goed door elkaar en voeg eventueel wat koud water toe om een glad mengsel te krijgen.

Vul de paddestoelhoedjes met dit mengsel en laat ze 20 minuten stomen.

snijd de watermeloen in dobbelsteentjes en doe ze samen met de gevulde paddestoelen in een terrine.

Breng de bouillon aan de kook en doe ze in de terrine.

Giet de knoflookolie over de soep en garneer het geheel met verse korianderbladeren.

Morillesoep

30 gr gedroogde morilles
1 kleine ui
1 teentje knoflook
1 dl slagroom
1 eetlepel crème fraîche
1 eierdooier

zout, peper, nootmuskaat

Laat de morilles weken volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking.

Snipper de ui en de knoflook heel fijn en smoor ze in wat boter.

Haal de morilles uit het weekwater (snijd de grote exemplaren wat kleiner) en laat ze even met de ui mee smoren.

Voeg het gezeefde morillesweekwater toe en laat de soep tot 7 1/2 dl inkoken.

Klop de slagroom stijf en spatel de eierdooier erdoor.

Roer de crème fraîche door de soep, breng de soep aan de kook en breng haar op smaak.

Bind de soep met het dooier-roommengsel.

Serveer de soep op voorverwarmde borden.

**Murkelsoppa
(morillesoep)
(Zweden)**

Zowel verse als gedroogde morillen moeten eerst 5 minuten worden gekookt, gooi het water weg, kook ze dan nog eens 5 minuten in ruim water en doe ook dit water weg.

Als ze uit blik komen, hoeft dit niet.

Vervolgens moeten ze worden afgespoeld in een vergiet, in

kleine stukjes gehakt en in boter gebraden, lang en op een laag vuur.

liter verse morillen of 30 gr gedroogde of 1 blik (±200 gr)

4 eetlepels fijngehakte uien of sjalotjes

2 eetlepels fijngehakte wortels

2 eetlepels fijngehakte knolselderij

2 + 2 eetlepels boter

2 eetlepels meel

6 dl groentebouillon

2 dl room

(zout), versgemalen peper

± 50 gr versgerookte zalm in reepjes

Kook de morillen als boven aangegeven en spoel ze af.

Bak de helft van de uien samen met de selderij en de wortel enkele minuten in 2 eetlepels boter, strooi het meel erover en doe er onder roeren de bouillon bij.

Breng het aan de kook en laat het ± 20 minuten heel zacht koken.

Hak intussen de goed afgespoelde morillen klein en braad ze samen met de rest van de uien in 2 eetlepels boter.

Laat ze op laag vuur 15-20 minuten in het vet pruttelen.

Voeg naar smaak zout en peper aan de morillen toe.

Zeef de groenten en de ui uit de bouillon, doe de bouillon en de room bij de morillen en kook alles 10 minuten.

Leg de zalmrepen op vier warme borden en schenk de hete soep hierover.

Serveer er driehoeken geroosterd brood bij.

**Koolsoep
2 flinke uien
1 spits- of groene kool
2 grote aardappelen in blokjes
1 flinke winterwortel
1 rookworst
100 gr gerookt spek in blokjes
1 stuk schenkel of ander soepvlees
peper, zout
laurier
1 boulliontablet
sambal**

Trek een stevige bouillon van de kruiden en het soepvlees.

Haal het vlees van het bot en snijd het vlees in stukjes.

Bak het spek op zacht vuur uit en fruit de knoflook en de uien in het spekvet.

Voeg het vlees, de kool, de bouillon, de rookworst en de smaakmakers toe en laat alles nog even smoren.

Koolsoep uit laos

1/2 rode peper
1/2 Chinese kool
1 teentje knoflook
1 pot kippenbouillon
1 pot roerbaksaus Singapore
2 eetlepels citroensap
zout, peper

Was de rode peper en snijd het kapje eraf.

Wrijf de peper tussen de vingers, zodat de zadjes eruit vallen en snijd hem in dunne ringetjes.

Snijd de Chinese kool heel fijn, was hem en laat hem uitlekken.

Doe de peper en de kool in een pan.

Pel de knoflook en pers hem erboven uit.

Zeef de stukjes kippevlees uit de kippenbouillon en snijd ze klein.

doe de bouillon in de pan en breng alles aan de kook.

Voeg de roerbaksaus aan de soep toe en laat haar op een zacht vuur ± 10 minuten zachtjes koken.

Voeg de stukjes kip en het citroensap toe en breng de soep op smaak met zout en peper.

Wilde rijstsoep

50 gr wilde rijst
4,2 dl water
2 gesnipperde uien
1 eetlepel boter
2 stengels bleekselderij in stukjes
1/2 theelepel gedroogde tijm
1/2 theelepel gedroogde salie
8 1/2 dl water of groentebouillon
2 theelepels (groente)bouillonpoeder
1 eetlepel Japanse sojasaus
6 kleine geschilde, grofgesneden aardappels
1 gesnipperde wortel
melk of lichte room

Doe de wilde rijst met het water in een pan en breng het aan de kook.

Zet het vuur laag en laat 40-50 minuten zacht koken tot de rijst gaar is en het meeste water is geabsorbeerd.

Bak de uisnippers in de boter glazig.

Voeg de selderij, tijm en salie toe en laat de soep nog 5-10 minuten koken.

Voeg het water, het bouillonpoeder, de sojasaus en de aardappelen toe en laat de soep ± 20 minuten koken tot de aardappelen gaar zijn.

Laat de soep iets afkoelen en pureer haar in een keukenmachine of met een mixer.

Doe de soep weer in de pan en voeg de wortel en wilde rijst toe.

Voeg de melk of room toe om de soep tot de gewenste samenstelling te verdunnen.

Laat de soep zacht op temperatuur komen en serveer.

Variatie: Rooster wat geschaafde amandelen en strooi die voor het serveren over de soep.

Tip: U kunt een grote hoeveelheid wilde rijst koken, deze in kleine porties invriezen en de rijst naar behoefte aan soep of andere gerechten toevoegen.

Rijstsoep

2 eetlepels gemalen varkensvlees
50 gr rijst
1 eetlepel olie
1 1/2 eetlepel vissaus
600 ml water
1 teentje knoflook
korianderbladeren
1 sla-uitje

versgemalen witte peper

Kneus het knoflookteentje en hak het in kleine stukjes.

Verwarm de olie in een pan en bak de knoflook bruin en knapperig.

Maak de rijst schoon en kook die met het water tot de rijst helemaal fijn is (doe er eventueel extra water bij).

Doe er daarna het gemalen varkensvlees en de vissaus bij en breng de soep weer aan de kook.

Dien de soep op, gegarneerd met de gebakken stukjes knoflook, de korianderbladeren en het in stukken gesneden lente-uitje.

Rijstsoep met waterspinazie

200 gr gebroken rijst

2 dl kippenbouillon

2 1/2 liter water

75 gr gemalen varkensvlees

1 kg waterspinazie (Ivy Gourd)

50 gr fijngesneden gember

3/4 dl vissaus

50 gr versgemalen witte peper

Doe de bouillon en het water in een pan en breng het aan de kook.

Maak de rijst schoon en kook die in de bouillon tot ze erg fijn is geworden (doe er eventueel extra water bij).

Doe er daarna het gemalen varkensvlees, de waterspinazie, de vissaus, de gesneden gember en de versgemalen peper bij en breng de soep weer aan de kook.

Dien de soep dan op.

Oosterse spinaziesoep

Bak 2 sjalotten, wat verse gember en koriander en 2 theelepels 5-kruidenpoeder in wat olijfolie.

Voeg 200 gr spinazie en, als die is geslonken, 1 liter groentebouillon toe.

Laat de soep 15 minuten doorkoken en serveer haar, bestrooid met geschaafde amandelen.

Romige spinaziesoep met zalm

Bak een uitje in wat olijfolie.

Voeg 400 gr spinazie toe en pureer, als de spinazie is geslonken, alles met een staafmixer.

Voeg 5 dl kippenbouillon toe en laat 10 minuten koken.

Voeg dan 2 dl slagroom en 2 theelepels dille toe en laat dit goed warm worden.

Roer vlak voor het opdienen 200 gr zalm snippers door de soep.

Spinaziesoep met zalm en dille

1 eetlepel boter

3 fijngesneden sjalotjes

1 uitgeperst teentje knoflook

400 gr verse spinazie in reepjes

1/2 liter kippenbouillon (van tablet)

2 dl slagroom

zout, peper

250 gr gerookte zalm in mooie lange reepjes

2 eetlepels fijngesneden dille

Bak de sjalot en de knoflook ± 5 minuten in de boter.

Voeg de spinazie toe en laat die al omscheppend slinken.

Voeg de bouillon toe, breng de soep aan de kook en laat haar op zacht vuur ± 15 minuten koken.

Pureer en zeef de soep.

Roer de slagroom en zout en peper door de soep.

Verwarm de soep goed en roer er de zalm en de dille door.

Spinaziesoep met ei

300 gr verse spinazie

20 gr boter
100 gr champignons
citroensap
1 teentje knoflook
2 eetlepel volkorenmeel
4 dl melk
zout, peper, nootmuskaat
(een scheutje room)
2 hardgekookte eieren

de spinazie in het aanhangende water gaar en hak de groente (met een staafmixer) fijn.
Bak de met citroensap besprenkelde in plakjes gesneden champignons, af en toe roerend, in de boter tot al het vocht is verdwenen.

Pers er het knoflookteentje boven uit en roer, als het vocht is verdampt, het meel door de champignons.

Laat dit op zacht vuur 2 minuten doorwarmen en voeg dan in twee keer de melk toe.
Blijf roeren tot het geheel is gebonden.

Doe er de fijngehakte gemalen spinazie erbij en leng het zo nodig met water aan.

Breng de soep op smaak met peper, zout, nootmuskaat en eventueel room.

Doe de soep in soepkommen of -borden.

Snijd de gepelde eieren in plakjes en leg die voorzichtig op de soep.

Spinaziesoep met kipfilet

1 ui
1 stengel bleekselderij
1 mespuntje gemalen foelie
een snuffje tijm
1 klein laurierblad
1 kippenbouillontablet
150 gr kipfilet
400 gr spinazie
1 eetlepel crème fraîche
versgemalen peper

Pel de ui en snipper hem fijn.

Was de bleekselderij, maak hem schoon en snijd hem in reepjes.

Breng in een pan de ui, de bleekselderij, de foelie, de tijm, het laurierblad en het bouillontablet met 3/4 liter water aan de kook en laat het ± 15 minuten zachtjes koken.

Voeg de kipfilet toe en laat de bouillon nog ± 15 minuten trekken.

Was intussen de spinazie en zoek de groente uit.

Neem de kip uit de pan en voeg de spinazie aan de bouillon toe.

Breng het aan de kook en laat ± 4 minuten zachtjes koken.

Zeef de bouillon met de groenten boven een andere pan.

Verwijder het laurierblad en pureer de groenten in een keukenmachine of wrijf ze door een zeef.

Voeg de gepureerde groenten weer aan de bouillon toe en verwarm de soep, onder af en toe roeren, op halfhoog vuur opnieuw.

Snijd de kipfilet intussen in kleine blokjes en voeg die aan de soep toe.

Roer de crème fraîche erdoor en breng op smaak met peper.

Serveer met sneetjes geroosterd bruin brood.

Spinaziesoep met verse kruiden

25 gr dessertrijst
1 eetlepel olijfolie
1 fijngehakte ui
1/2 theelepels kurkuma (geelwortelpoeder)
1/2 theelepels kaneel
1 1/2 liter groentebouillon
de geraspte schil en het sap van 1 limoen
450 gr geschilde koolraap in stukken
200 gr gewassen verse spinazie
5 bosuien in ringen
3 eetlepels fijngehakte verse peterselie
2 eetlepels fijngehakte verse dille

1 1/2 dl yoghurt
peper, zout

Week de dessertrijst 15 minuten in koud water, spoel af en laat goed uitlekken.

Verhit de olie in een pan en bak de ui daarin in ± 3 minuten glazig.

Voeg de kurkuma en de kaneel toe en bak ze ± 1 minuut mee.

Giet de bouillon erbij en voeg vervolgens de limoenrasp, het limoensap en de dessertrijst toe.

Breng op smaak met peper en zout.

Breng de soep aan de kook en laat ± 20 minuten sudderen.

Voeg de koolraap toe en laat nog 10-15 minuten koken tot de koolraap zacht is.

Voeg de spinazie, de bosuien en de kruiden toe en laat het geheel nog 2 minuten zachtjes koken.

Controleer de smaak en voeg eventueel peper of zout toe.

Serveer de soep heet met een dot yoghurt erop en naan (platte Indiase broden) erbij.

Thaise soep

Voor de gevogeltebouillon:

2 liter water

1 takje selderij

1 wortel

1 ui

500 gr kippevleugeltjes

Voor de vulling:

100 gr verse champignons

sap van 1/4 tot 1/2 limoen

1/2 pakje Tom Yum Pasta

1 blikje bamboespruiten van 230 gr

1 1/2 dl kokosmelk

1 eetlepel gesnipperde lente-uitjes

Breng het water met de schoongemaakte en gesnipperde selderij, de wortel, de ui en de kippevleugeltjes aan de kook.

Laat in ± 30 minuten gaar sudderen en zeef het vocht.

U houdt dan een lekkere kippenbouillon over.

Breng de kippenbouillon terug aan de kook en laat haar tot 1 1/4 liter inkoken.

Verwijder intussen zorgvuldig het vlees van de vleugeltjes (dit zal dienen als garnituur voor de soep).

Snijd de champignons in schijfjes en stoof ze onder de deksel met wat water en het limoensap.

Doe de champignons dan met het vocht bij de soep en klop er de Tom Yum Paste bij (die zorgt voor een pikante smaak).

Laat de bamboespruiten uitlekken, snijd ze in reepjes en voeg ze bij de soep.

Voeg vlak voor het serveren 1-1/2 dl kokosmelk aan de soep toe; zo krijgt u een zachtere smaak.

Controleer de kruiding (de soep moet een pikante, citroenachtige smaak hebben).

Verdeel de kipstukjes in de voorverwarmde koppen, giet er de hete soep op en werk af met de gesnipperde lente-uitjes.

Tip: Tom Yum Paste is een halfpreparaat voor soepen. u vindt dit in elke oosterse voedingswinkel.

U kunt de soep verrijken door er scampi's, krab of andere zeevruchten en sojascheuten of paprika aan toe te voegen.

Thaise soep II

1 liter kippenbouillon (van tablet)

1 gesnipperde ui

1 uitgeperst teentje knoflook

1 in stukjes geknipte stengel sereh

1 tomaat in partjes

1 blikje kokosmelk

enkele groene pepertjes

100 gr kipfilet in stukjes

peterselie

Kook de kipfilet met de bouillon, de knoflook, de sereh, de pepertjes en de kokosmelk gaar en voeg de ui en de tomaat toe.

Laat even koken tot de groenten beetgaar zijn.

Strooi er vlak voor het serveren de fijngeknipte peterselie over.

'Peperwater' currysoep (Mulligatawny)

50 gr gedroogde tamarinde

1,2 liter runderbouillon

50 gr ghee

1 grote gesnipperde ui

2 gesnipperde teentjes knoflook

1 theelepel gemalen gember

2 theelepels versgemalen zwarte peper

2 theelepels gemalen koriander

1/2 theelepel gemalen fenegriek

1/2 theelepel chilipoeder

1/2 theelepel kurkuma

1/2 theelepel zout

Doe de tamarinde in een pan en voeg zoveel bouillon toe, dat het net onder staat; breng het geheel aan de kook.

Neem de pan van het vuur, dek hem af en laat de tamarinde 4 uur weken.

Smelt de ghee in een grote pan met dikke bodem, voeg de ui en de knoflook toe en fruit die 4-5 minuten zachtjes.

Voeg de specerijen en het zout toe en roerbak 3 minuten.

Roer er de rest van de bouillon door.

Zeef de tamarinde-bouillon door een draadzeef in een schone kom; wrijf de moes en pitten tegen het gaas en gooi de pitten weg.

Voeg de vloeistof aan de pan toe en laat 15 minuten zachtjes trekken. Proef de soep en breng haar desgewenst verder op smaak.

Noot: Mulligatawnysoep was vóór de Britten in India onbekend. Het is bedacht om Britse legerofficieren die om soep bij het diner vroegen, tevreden te stellen.

Mulligatawny II

2 grote uien

2 courgettes

3 tomaten

1 grote aardappel

1 appel

50 gr boter

1 liter kippenbouillon

1 takje tijm

1 laurierblaadje

1 kruidnagel

1 eetlepel kerriepoeder

100 gr rijst

1 eetlepel bloem

worcestershiresaus

zout, peper

Hak de uien fijn.

Maak de courgettes, de tomaten, de aardappel en de appel schoon en snijd ze in stukjes. Verhit de boter in een hapjespan en fruit de ui zachtjes goudbruin.

Schep de courgette, tomaat, aardappel en appel erdoor, voeg 1/4 liter bouillon met de tijm, het laurierblaadje en de kruidnagel toe en stoof het geheel afgedekt in ± 20 minuten

zachtjes gaar.

Kook intussen in een andere pan de rijst volgens de gebruiksaanwijzing gaar.

Roer het kerriepoeder en de bloem door de groenten en wrijf de massa boven een soeppan door een zeef.

Voeg de rest van de bouillon toe en warm de soep al roerend goed door.

Breng de soep op smaak met worcestershiresaus, zout, peper en eventueel nog wat kerriepoeder en roer er de rijst door.

Kalkoensoep met Chinese paddestoelen

175 gr kalkoenborst zonder been

1 eetlepel sesamolie

50 gr gedroogde Chinese paddestoelen, zoals wolkenoren of boomoren

1 liter kippenbouillon

1 eetlepel lichte sojasaus

1 plakje geschilde verse gemberwortel

zout, witte versgemalen peper

Zet de paddestoelen in warm water en laat ze 30-40 minuten weken, maar ververs het water regelmatig.

Snijd het vlees eerst in dunne repen en dan in stukjes.

Verhit de sesamolie in een wok, voeg de stukjes kalkoen toe en bak ze, al omscheppend, aan alle kanten even aan.

Haal het vlees uit de pan en doe de achtergebleven olie weg.

Kook de uitgelekte paddestoelen 10 minuten in ruim water met wat zout, laat ze uitlekken en snijd ze in repen.

Doe de bouillon, de paddestoelen, de stukjes vlees, de sojasaus en de gember in een soeppan, breng alles aan de kook en laat het op heel laag vuur 15 minuten trekken.

Neem de stukjes gember uit de soep en breng op smaak met wat versgemalen peper en eventueel wat extra zout.

Dien de soep in verwarmde kommen op.

Tip: Bestrooi de soep vlak voor het opdienen met wat verse bieslook.

Eendesoepp

2 schoongemaakte en gehakte lente-uitjes

1 eetlepel plantaardige olie

2 1/2 cm geschilde en zeer fijn gehakte gemberwortel

100 gr gekookt eendevlees in flinterdunne reepjes

100 gr wintermeloen in dunne plakjes (alleen in blik te koop in speciaalzaken)

1 1/2 liter kippe- of eendebouillon

zout

(1 mespunt ve-tsin)

1-2 eetlepels Shau Hsing wijn of droge sherry

2 theelepels maïzena, opgelost in een beetje bouillon

versgemalen peper

Bak eerst de lente-uitjes in de hete olie even glazig en voeg dan de gehakte gember en het eendevlees toe.

Laat de wintermeloen uitlekken en snijd er kleine stukjes of plakjes van.

Doe die samen met de overige ingrediënten in de bouillon en breng de soep aan de kook.

Schenk de wijn of de sherry erbij, bind met de aangemaakte maïzena en breng de soep op smaak met wat zout en peper.

Schep de soep in verwarmde kommen en serveer direct.

Kwartelsoep met notenkussentjes

1 ui

400 gr venkel

1 eetlepel boter

2 eetlepels hazelnootolie

zout, peper

75 gr blanke hazelnoten

2 vellen fyllodeeg

200 gr kwartelfilet

1 pot gevogeltefond

4 eetlepels medium sherry

worcestershiresaus

Pel de ui en hak hem fijn.

**Snijd het fijne groen van de venkel, bewaar het en snijd de venkel in smalle repen.
Leg 1/4 deel van de venkel apart en hak de rest fijn.
Verhit 1/2 eetlepel boter en 1 eetlepel olie en fruit de ui en de venkel glazig.
Hak de hazelnoten fijn en bak ze 5 minuten mee.
Laat het mengsel afkoelen en breng het op smaak met zout en peper.
Smelt de rest van de boter in de rest van de olie en bestrijk de vellen fyllodeeg hiermee.
Snijd elk vel in 4 stukken, verdeel daar het notenmengsel over en vouw de pakketjes dicht.
Bestrijk ze rondom met de gesmolten boter en leg ze op een bakplaat.
Snijd de kwartelfilet in reepjes en bestrooi die met zout en peper.
Verhit de rest gesmolten boter met olie en bak de kwartelfilet ± 3 minuten.
Verwarm de oven voor op 180°C en bak de notenkussentjes in ± 15 minuten knapperig.
Verwarm op laag vuur de reepjes kwartelfilet met de gevogeltesfond en 1/4 liter water.
Voeg de venkelreepjes en de sherry toe en breng op smaak met zout, peper en worcestershiresaus.
Garneer de soep met venkelgroen en geef er de notenkussentjes bij.**

Parelhoenconsommé met kipquenelles

Voor de consommé:

**2 karkassen van parelhoen
2 uien
1 prei
1 winterwortel
1 stengel bleekselderij
50 gr boter
3 dl rode wijn
2 kippenbouillontabletten
5 takjes peterselie
1 laurierblaadje
1/2 theelepels tijm
zout, peper**

Voor de kipquenelles:

**5 takjes peterselie
100 gr kipfilet
1 ei
2 eetlepels crème fraîche
zout, peper
keukenmachine**

**Hak op knip de karkassen (met een wildschaar) in grove stukken.
Pel de uien en snijd ze in vieren.
Maak de prei schoon, snijd hem in grove stukken en was die.
Schrap de wortel, was hem en snijd hem in stukken.
Was de bleekselderij en snijd de stengel in stukken.
Verhit de boter in een grote pan en bak de stukken parelhoenkarkas hierin aan alle kanten bruin.
Voeg de ui, prei, wortel en bleekselderij toe en bak ze al roerend ± 3 minuten mee.
Schenk er de wijn en 1 liter water bij en voeg de bouillontabletten, 5 takjes peterselie, het laurierblaadje en de tijm toe.
Breng de bouillon aan de kook, schep het schuim eraf en laat de bouillon, zonder deksel, net tegen de kook aan ± 4 uur trekken.
Maak een stuk kaasdoek of theedoek nat, wring het uit en bekleed er een zeef mee.
Zet de zeef op een schone pan en zeef de bouillon erdoor.
Breng de bouillon opnieuw aan de kook en laat die op matig vuur tot 8 dl inkoken.
Breng de bouillon zo nodig op smaak met zout en peper.
Laat de bouillon zonder deksel afkoelen en zet haar tot het gebruik in de koelkast.
Knip in een kopje 5 takjes peterselie fijn.
Snijd de kipfilet in stukjes en pureer ze in een keukenmachine.
Voeg het ei toe en laat dat in de machine meedraaien.**

Voeg de crème fraîche en een 1/2 eetlepel peterselie toe en laat ook die in de machine meedraaien.
Breng het mengsel op smaak met zout en peper en zet het tot het gebruik afgedekt in de koelkast.
Neem de bouillon uit de koelkast en schep er eventueel het vet af.
Breng de bouillon aan de kook.
Schep met behulp van 2 natgemaakte theelepels uit het kipmengsel kleine eivormige balletjes (quenelles), laat ze in de kokende bouillon glijden en laat ze in ± 4 minuten zachtjes gaar worden.
Schep de bouillon in 4 soepborden en strooi er de rest van de peterselie over.

Bosduivensoep met wintergroenten

1 bosduif
1 prei
2 stengels bleekselderij
2 wortelen
1 grote ui
8 spruitjes
1/2 selderijknol
1 blad savooiekool
2 eetlepels arachide- of maïsolie
500 gr platte runderbeenderen
1 takje tijm
1 blaadje laurier
1 teentje knoflook
boter
peper, zout

het borstvlies van de duif, verwijder zorgvuldig de ingewanden uit het karkas en hak het karkas en de billen in stukken.

Maak de prei, de selderij, 1 wortel en de ui schoon en snijd ze in grove stukken.

Verhit de olie in een pan en bak de stukken karkas en de billen.

Voeg de gesneden groenten toe en bak die even mee.

Doe de runderbeenderen erbij, samen met het takje tijm, het laurierblaadje, het in de schil geperst knoflookteentje, peper en zout.

Bevochtig met 2 liter water en laat ± 3 uur zachtjes sudderen.

Maak de andere wortel schoon en snijd hem in dunne schijfjes.

Was de spruitjes en snijd ze in vieren.

Maak de knolselderij schoon en snijd hem in blokjes.

Spoel het savooiekoolblad, droog het en snijd het in fijne slierten.

Smelt 40 gr boter en stoof de groenten.

Zeef er de bouillon over en kook de groenten beetgaar.

Breng op smaak met peper en zout.

Bak de duiveborst in een klontje boter, snijd hem in dunne plakjes en voeg die net voor het opdienen bij de soep.

Consommé van houtduif

2 houtduifjes
3 uien
2 preien
2 wortelen
1/2 knolselderij
1 laurierblad
peper, zout
4-5 eiwitten
enkele groene koolbladeren
100 gr boschampignons
40 gr boter

Laat door de poelier het borstvlies van de karkassen van de houtduiven verwijderen; bewaar de karkassen.

Doe de bouten van de duiven en de karkassen in een ruime pan met koud water (houd de borsten apart) en voeg er 3 uien, 1 prei, 1 wortel, 1/4 knolselderij, 1 laurierblad, peper en zout aan toe.

Breng alles aan de kook en laat 1 1/2 uur koken.

Haal regelmatig het schuim van de oppervlakte.

Laat de bouillon afkoelen en giet alles door een zeef.

Snijd intussen 1 prei, 1 wortel en 1/4 knolselderij in fijne stukjes en vermeng die met de eiwitten.

Voeg hier de gezeefde bouillon aan toe en laat alles op laag vuur tegen de kook aankomen.

Bovenaan wordt dan een 'koek' gevormd, waarin alle onreinheden worden verzameld.

Zet na 1 uur het vuur uit en laat de koek naar de bodem van de pan zakken; bovenaan komt dan de heldere bouillon vrij.

Bak de duiveborstjes in de boter knapperig en snijd ze in fijne reepjes.

Pocheer de groene koolbladeren en snijd ze in reepjes.

Doe hetzelfde met de boschampignons.

Verwarm de soepborden voor, leg er de reepjes duiveborst, kool en boschampignons in en overgiet met de hete consommé.

Soep van fazant (6 personen)

1 fazantehaan die goed in zijn vlees zit

1 wortel

1/2 wit van prei

1 tak selderij

1/2 teentje knoflook

80 gr champignons

150 gr boter

1 glas port

2 liter gevogeltebouillon

1 glas cognac

4 dl room

2 sneden witbrood zonder korst

Maak de groenten schoon en snijd ze in kleine stukjes, zodat ze snel garen en veel van hun aroma afgeven.

Snijd de borstfilets van de fazant en bewaar ze koel.

Hak de rest in stukken.

Stoof de fijngesneden groenten in een grote pan in wat boter.

Voeg de in stukken gehakte fazant toe en laat die in 10 minuten aan alle kanten lichtjes bruinen.

Voeg in 2 keer de port toe en voeg, als de port is verdampt, het teentje knoflook, de champignons en de bouillon toe.

Breng het geheel aan de kook en laat het 1 uur zachtjes pruttelen.

Haal de soep door een fijne zeef, druk alles, het karkas inbegrepen, goed uit en haal het verkregen vocht door een linnen doek.

Kruid de borstfilets met peper en zout, bak ze in boter en snijd het vlees in langwerpige blokjes.

Verwarm en flambeer de cognac.

Warm de bouillon van de fazant op en voeg de room, het borstvlees en de geflambeerde cognac toe.

Breng de soep op smaak en dien op met in boter goudgeel gebakken blokjes brood.

Zuurkoolsoep met Gelderse rookworst

300 gr rookworst (rauw of gekookt)

2 sneetjes bruin brood

1 ui

50 gr bakboter

500 gr zuurkool uit het vat

2 laurierblaadjes

1/2 liter bouillon

1 blikjes mandarijntjes

Als u een rauwe rookworst heeft gekocht, wel die dan eerst in ± 25 minuten gaar in water dat net tegen de kook aan is. Laat hem daarna afkoelen.

Laat de zuurkool uitlekken.

Laat de mandarijntjes uitlekken en bewaar het sap.

Maak de ui schoon en snijd hem in stukjes.

Verwarm de helft van de boter en fruit de ui erin.

Voeg de uitgelekte zuurkool, de bouillon, het mandarijnsap en de laurierblaadjes toe, sluit de pan en laat de inhoud ± 30 minuten heel zachtjes sudderen.

Snijd de korstjes van de boterhammen en snijd de boterhammen in dobbelstenen.

Snijd de rookworst in plakjes en daarna in reepjes.

Verhit de rest van de boter en bak het brood en de worst op hoog vuur even aan.

Voeg vlak voor het opdienen de mandarijntjes, het brood en de worst aan de soep toe.

Hongaarse zuurkoolsoep met casselerrib (2 personen)

2 eetlepels boter

75 gr gesnipperde (rode) uien

1 uitgeperst teentje knoflook

300 gr zuurkool

1 theelepel komijn

1/2 theelepel suiker

1/2 eetlepel paprikapoeder (mild)

2 dl runderfond (pot á 4 dl)

50 gr gerookte spekreepjes

1 1/4 dl Room Culinair

200 gr casselerrib in blokjes(vleeswaar)

zout, peper

1 rode paprika in blokjes

Verhit de boter en bak de ui en de knoflook hierin ± 2 minuten.

Voeg de zuurkool, de komijn, de suiker en het paprikapoeder toe en bak die 1 minuut mee.

Schenk er de fond en 1 1/2-2 dl water bij, voeg het spek toe en laat de soep ± 15 minuten koken.

Voeg de room en de casselerrib toe en warm die ± 5 minuten mee.

Breng de soep op smaak met zout en peper en bestrooi haar met de paprikablokjes.

Zuurkoolmaaltijdsoep

500 gr zuurkool

1 liter bouillon

250 gr gekruid gehakt

250 gr katenspek

50 gr bakboter

1 theelepel mosterd

500 gr aardappelen

100 gr wortelen

1 ui

1 stukje prei van ± 10 cm

peper, zout

Spoel de zuurkool onder koud water af en laat ze uitlekken.

Maak van het gehakt ± 12 balletjes.

Snijd de ui en de prei klein.

Doe de boter in een diepe pan en fruit hierin de ui en de prei.

De gehaktballetjes mogen er meteen bij.

Schil de aardappelen en snijd ze in grove stukken.

Doe hetzelfde met de wortel.

Snijd het katenspek in kleine dobbelsteentjes.

Breng alle ingrediënten over in de pan van de gehaktballetjes en giet de bouillon erbij.

Breng de soep aan de kook, sluit de pan en laat de soep op laag vuur in ±

45 minuten gaar worden.

Proef nog even na, er zal waarschijnlijk peper en misschien wat zout bij moeten.

Stevig gevulde witte koolsoep

**1 grote ui
1 eetlepel (olijf)olie
150 gr magere spekblokjes
150 gr soepgroente
500 gr gesneden witte kool
1 blikje witte bonen in tomatensaus
1 eetlepel Italiaanse keukenkruiden
400 gr tomaatblokjes
zout, (versgemalen) zwarte peper
4 eetlepels geraspte Parmezaanse kaas
2 theelepels oregano**

Pel en snipper de ui.

Verhit de olie in een grote (braad)pan en bak de ui en de spekblokjes al omscheppend 5 minuten.

Schep de soepgroente en de kool erdoor en bak die al omscheppend 2 minuten mee.

Roer er de bonen, de tomaatblokjes met het sap, de Italiaanse keukenkruiden en 1/2 liter water door, sluit de pan en laat de soep op een klein vuur 20 minuten staan.

Breng haar op smaak met zout en peper.

Doe de soep in 4 soepkommen en bestrooi met de kaas, de oregano en zwarte peper.

Serveer er bruin stokbrood en boter bij.

Griekse koolsoep

**1 kg witte kool
2 fijngehakte uien
1 1/2 eetlepel olijfolie
tomaten (geschild en zonder zaden)
zout en peper naar smaak
2 1/2 liter runderbouillon
1 kop croûtons**

Snijd de kool fijn, sas de kool en laat hem uitlekken.

Fruit de uien in de olie goudbruin.

Voeg de kool, tomaten, zout en peper toe en bak het geheel 1 minuut.

Doe de bouillon erbij, breng het aan de kook en zet het vuur lager.

Leg het deksel schuin op de pan en laat alles 30 minuten sudderen tot de kool gaar is.

Dien de soep op in soepkommen en garneer met croûtons vlak voor het serveren.

Kool-rijstsoep

**3 eetlepels olijf- of zonnebloemolie
1 schoongemaakte en kleingesneden ui
2 uitgeperste teentjes knoflook
2 eetlepels tomatenpuree
2 eetlepels fijngehakte peterselie
350 gr schoongemaakte en in smalle reepjes gesneden savooiekool
1 1/2 liter bouillon
100 gr rijst
zout, peper**

Verhit de olie in een grote pan en fruit hierin de kleingesneden ui en de uitgeperste knoflook ± 3 minuten.

Voeg de reepjes kool toe en fruit die even mee.

Voeg de bouillon en de tomatenpuree toe en breng het geheel aan de kook.

Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat de soep ± 15 minuten zachtjes koken.

Roer de rijst erdoor en laat die in ± 20 minuten zachtjes gaar koken.

Roer de fijngehakte peterselie door de soep en maak het geheel op smaak met wat zout en peper.

**Griekse paassoep
(6 personen)**

**3 eetlepels boter
500 gr mager lamsvlees in blokjes van ± 1 1/2 cm
1 bosje fijngehakte worteltjes
1 bosje fijngehakt dillegroen, of 1 eetlepel gedroogde dille
2 eetlepels fijngesneden peterselie
1 eetlepel fijngesneden verse munt of 1/2 theelepel gedroogde munt
1 1/2 liter water
1/2 theelepel zout
versgemalen zwarte peper
6 eetlepels rijst
3 eieren
het sap van 2 citroenen**

Verhit de boter in een grote soeppot.

Doe het lamsvlees, de peterselie, dille, munt en de worteltjes in de pan en sauteer 3 minuten.

Voeg het water, zout en peper toe, breng het aan de kook en draai het vuur lager.

Doe een deksel op de pan en laat de soep 1 uur zachtjes koken.

Voeg dan de rijst toe en laat nog 15 minuten koken.

Klop de eieren en voeg het citroensap langzaam toe onder voortdurend kloppen.

Roer een paar eetlepels soep door het eimengsel en giet het geheel weer in de soep.

Laat het nu niet koken, anders schiften de eieren.

Haal de soep van het vuur en serveer direkt.

**Lamssoep
(6 personen)**

**1 1/2-2 liter water
1-1 1/2 kg lamssoepbeenderen
2 gepelde kleine uien
2 theelepels zout
versgemalen zwarte peper
een paar takjes peterselie
3 eieren
het sap van 2 citroenen**

Breng het water aan de kook, doe er de soepbotten in, breng het water weer aan de kook en schuim de soep af.

Temper het vuur.

Voeg de ui, zout en peper toe en laat 1 1/2 uur trekken.

Schep de soepbotten uit de pan en snijd het vlees eraf.

Doe dat terug in de soep.

Laat de soep nog 1/2 uur koken.

Verwijder de uien.

Roer de eieren en het citroensap door elkaar.

Voeg het eimengsel aan de soep toe en serveer direkt.

Garneer met peterselie.

**Vissoep
2 visbouillontabletten
30 gr boter
30 gr bloem
2 dl melk
2 eetlepel droge witte wijn
3 eetlepels mosterd
400 gr verse scholfilet
mosselen**

Los de visbouillontabletten op in 5 dl heet water.

Smelt de boter op laag vuur in de soeppan.

Voeg de bloem toe en laat dit op laag vuur net niet bruin worden.

Voeg er nu geleidelijk en steeds roerend de visbouillon aan toe.

Voeg er de melk, de wijn en de mosterd aan toe en breng de soep al roerend aan de kook.

Snijd de scholfilets in de lengte doormidden en rol ze stevig op.

Voeg de scholrolletjes en een flinke hand mosselen aan de soep toe en laat de soep op laag vuur ± 10 minuten zachtjes koken, zodat de schol en de mosselen gaar kunnen worden.

U kunt de mosselen uit de schelpen halen, maar leg dan wel een paar schelpen in elke soepkom, voor een leuk effect.

Serveer erbij stokbrood met kruidenboter.

Vissoep met bleekselderij en aardappel

2 sjalotten

1 teentje knoflook

400 gr kabeljauwfilet

1 kleine struik bleekselderij

500 gr aardappelen

30 gr boter

30 gr bloem

1 liter water

2 visbouillontabletten

peper, zout

scheutje (slag)room

100 gr garnalen

2 eetlepels geknipte bieslook

Pel de sjalotten en knoflook en hak ze fijn.

Snijd de kabeljauwfilet en de gewassen bleekselderij in stukjes.

Schil de aardappelen en snijd ze in plakjes.

Verhit in een pan met dikke bodem de boter en fruit de sjalot en knoflook hierin zonder te kleuren.

Strooi de bloem erover en fruit die 1 minuut mee.

Roer deel voor deel het water erdoor, zodat een heel dunne, gebonden saus ontstaat.

Breng het aan de kook en voeg de bouillontabletten, de bleekselderij en de aardappelen toe.

Laat de soep enkele minuten zachtjes koken.

Voeg de stukken vis toe en laat de soep nog 5 minuten zachtjes koken.

Breng de soep op smaak met peper en zout en roer de room erdoor.

Voeg de garnalen toe en laat ze in de soep warm worden, maar niet koken.

Serveer de soep, bestrooid met bieslook en geef er soepstengels bij.

Vissoep met garnalen, prei en tomaten

(3 personen)

400 gr kabeljauw(filets)

100 gr gepelde Noordzeegarnalen

2 preien

1 blik gepelde tomaten (450 gr)

50 gr boter

45 gr bloem

2 theelepels paprikapoeder

3 visbouillontabletten

zout, peper

2 theelepels dille

Maak de preien schoon en snijd ze in smalle ringen.

Laat de tomaten in een zeef uitlekken, vang het vocht op en snijd de tomaten in stukjes.

Snijd de dille fijn.

Spoel de vis onder koud stromend water schoon, dep de vis droog en snijd ze in reepjes.

Spoel ook de garnalen schoon en laat ze uitlekken.

Verhit de boter in een pan met een dikke bodem, schep de prei erin en laat die onder voortdurend roeren 2 minuten zachtjes bakken.

Strooi de bloem en het paprikapoeder erover en schep enige malen om.

Schenk er dan 1 1/2 liter koud water bij en laat alles onder voortdurend roeren koken tot een licht gebonden soep is ontstaan.

Voeg het tomatensap en de bouillontabletten toe en laat de soep 5 minuten zachtjes koken.

Doe de vis en de tomaatstukjes bij de soep, houd alles 4 minuten tegen de kook aan en voeg daarna de garnalen toe.

Roer de soep nogmaals om en voeg naar smaak zout en peper toe.

Roer er tot slot de dille door.

Gebonden vissoep

(6 personen)

1 kg vis (bijvoorbeeld wijting)

2 uien

1 kleine winterwortel

2 stengels prei

1 kleine venkelknol

5 teentjes knoflook

olijfolie

2 eetlepels tomatenpuree

4 takjes tijm

1/2 bosje peterselie

1 laurierblaadje

2 1/2 dl witte wijn

peper, zout

2 eidooiers

Was de vis zorgvuldig onder de koude kraan en snijd hem in stukken.

Halveer 2 teentjes knoflook.

Laat alle groenten in 4 eetlepels olie goudbruin worden, voeg de vis, tomatenpuree, tijm, peterselie, laurier, wijn, een liter water, peper en zout toe en laat het geheel op een klein vuur 1/2 uur trekken.

Pers de rest van de knoflook uit, vermeng die met wat zout en de eidooiers en klop hier druppelsgewijs 8 lepels olie door, zoals bij het zelf maken van mayonaise.

Wrijf de soep door een zeef en serveer haar met de knoflooksaus en geroosterd stokbrood.

Vissoep met venkel en gerookte zalm

1 liter visbouillon (van tablet)

1/2 theelepel gekneusde venkelzaadjes

1 prei in dunne ringen

1 venkelknol (met venkelgroen) in heel dunne plakjes

1 theelepel fijngesneden tijm

zout, peper

150 gr zalmsnippers

5 ontdooide plakjes diepvriesbladerdeeg

4 ovenvaste soepkommen

Breng de bouillon met de venkelzaadjes aan de kook en laat 10 minuten trekken.

Voeg de prei, venkelplakjes (bewaars het venkelgroen) en de tijm toe en laat nog 10 minuten zachtjes koken.

Breng de soep met zout en peper op smaak.

Verwarm de oven voor op 225°C.

Verdeel de soep over 4 kommen, leg er de zalm en het fijngesneden venkelgroen in, leg over elke soepkom een plakje bladerdeeg en plak dat met

water aan de rand van de kom vast (rol het bladerdeeg eventueel iets uit).

Snijd de deegranden bij, steek uit de rest van het deeg kleine visjes en garneer de deegdeksels daarmee.

Zet de soepkommen in het midden van de oven en bak de deegdeksels in 15 minuten lichtbruin en krokant.

Vissoep met zeevruchtencocktail

Breng 6 dl kruidenbouillon (van tablet) met 1 dl witte wijn, 200 gr boerensoepgroenten (Iglo) en 1 eetlepel kerriepoeder aan de kook.

Voeg 200 gr zeevruchtencocktail (Queens) toe en warm alles goed door.

Breng de soep op smaak met peper en zout.

Lekker met stokbrood en (gezouten) boter.

Chileense vissoep

4 moten kabeljauw á ± 250 gr

4 eetlepels citroensap

zout, peper

1 geschilde en in plakken gesneden grote winterwortel

750 gr geschilde en in dunne plakjes gesneden aardappelen

1 schoongemaakte en in ringen gesneden grote ui

2 uitgeperste teentjes knoflook

2 eetlepels fijngehakte peterselie

7 1/2 dl visbouillon of water

2 1/2 dl droge witte wijn

3 eetlepels olijf- of zonnebloemolie

Leg de moten kabeljauw op de bodem van een grote, wijde pan, besprenkel ze met het citroensap en bestrooi ze met wat zout en peper.

Leg de plakjes wortel op de vis, daarna de helft van de plakjes aardappel en vervolgens de ringen ui, de uitgeperste teentjes knoflook en de rest van de plakjes aardappel.

Bestrooi het geheel met de fijngehakte peterselie en wat zout en peper.

Schenk de visbouillon of het water, de witte wijn en de olie in de pan en breng het geheel aan de kook.

Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat de soep ± 30 minuten zachtjes koken tot alles gaar is.

Serveer de vissoep als complete maaltijd.

Sopa de pescadora

(vissoep)

(1 1/2 liter)

4 gestroopte tongetjes of filets van 3 tongetjes

zout

3 eetlepels olijfolie

2 gepelde hardgekookte eieren

4 oudbakken witte boterhammen zonder korst

50 gr gepelde gekookte garnalen

6 kleingesneden sjalotjes

1 middelgrote gesnipperde ui

1/2 theelepel basilicum

50 gr gepelde fijngehakte amandelen

1 bosje zeer fijngehakte peterselie

peper

soja

worcestershiresaus

Strooi weinig zout op de vis.

Maak de olie warm in de koekepan en bak daarin de vis of de filets op een niet al te hoog gedraaide warmtebron gaar en heel licht van kleur.

Neem dan de pan van de warmtebron.

Breng in een soeppan 1 liter water aan de kook.

Maak intussen de eieren met een vork fijn.

Verbrokkel het brood.

Doe de eieren, het brood, de garnalen, de sjalotjes en de basilicum in het kokende water en houd dat 10-15 minuten tegen de kook aan.

Zet een zeef op een kom, schenk de inhoud van de pan door een zeef en doe de gezeefde vloeistof weer in de soeppan.

Doe daar de garnalen en de vis of filets in.

Maak de bestanddelen uit de zeef met een mixer of in de mengbeker zeer fijn en roer er 3 dl warm water door.

Doe deze puree met de inhoud van de koekepan, de amandelen en de peterselie in de soeppan.

Laat de vis goed warm worden.

Proef de soep en voeg naar smaak worcestershiresaus, peper, zout of soja toe.

Geef bij deze soep geroosterde witte boterhammen.

Leg in elk soepbord een boterham en schep daar de soep op.

Zuid-Spaanse soep met visquenelles

2 preiwitten

1 wortel

2 uien

boter

1 klein blikje tomatenpuree

1 blokje kippenbouillon

2 aardappelen

1 eetlepel rijst

200 gr wijtingfilet

2 eiwitten

2 eetlepels room

1 rode paprika

2 dl droge sherry

2 eetlepels gehakte peterselie

peper en zout

Maak de preiwitten en de wortel schoon en snijd beide groenten fijn.

Pel de uien en snipper ze fijn.

Smelt een klontje boter en stook er de groentesnippers bij.

Voeg er de tomatenpuree aan toe en laat even bakken.

Giet er vervolgens 2 liter water op en voeg er het blokje kippenbouillon aan toe.

Schil de aardappelen, was ze, snijd ze in stukken en voeg deze bij de soep.

Laat ± 30 minuten op een zacht vuurtje sudderen.

Kook de rijst gaar in lichtgezouten water.

Maak intussen de visquenelletjes:

Mix de wijting tot puree en spatel er de eiwitten en de room door.

Breng op smaak met peper en zout.

Draai met behulp van 2 theelepels, kleine elipsvormige balletjes of quenellen uit de puree en pocheer deze ± 12 minuten in lichtgezouten water; bewaar ze vervolgens in koud water.

Mix de soep.

Was de rode paprika, verwijder de zaden en de zaadlijsten en snijd ze in dunne reepjes.

Voeg deze, samen met de gekookte rijst, bij de soep en laat nog ± 10 minuten zachtjes koken.

Voeg er juist voor het opdienen de sherry, de gehakte peterselie en de visquenelletjes aan toe.

Norsk fiskesuppe (Noorse vissoep)

1 1/2 liter (vis)bouillon

300 gr soepgroenten (geen bloemkool)

500-600 gr kabeljauwfilet

2 eierdooiers

3 eetlepels melk

1/8 liter zure room

3 eetlepels fijngesneden dille

zout, peper

Los de bouillonblokjes in het water op en doe de groenten in de bouillon.

Zet het vuur wat lager en laat de groenten in 15 minuten gaar worden.

Strooi er naar smaak zout en peper bij.

Zet het vuur weer wat hoger, maar laat de soep niet koken.

Doe de in kleine reepjes gesneden kabeljauwfilet erbij en laat die 5 minuten pocheren.

Roer intussen de eierdooiers en de melk in een kommetje door elkaar, doe daar 3 eetlepels van de soep bij, schenk dit mengsel bij de soep en neem de pan van het vuur. Roer vlak voor het opdienen de zure room door de soep (verwarm de room eerst een beetje, zodat de soep niet meteen afkoelt) en strooi de dille erover. Geef er Knäckebröd bij.

Finse vissoep (Kalakeitto)

2 middelgrote geschilde aardappelen, in blokjes gesneden
2 koppen water
1 theelepel zout
450 gr bevroren visfilet in blokjes (koolvis, schelvis etc.)
3 eetlepels boter
2 eetlepels bloem
2 koppen melk
witte peper
2 eetlepels gehakt vers dillegroen of peterselie

Kook de aardappelen in het water met zout 10 minuten.
Voeg de vis toe en laat 15 minuten zachtjes trekken.
Smelt intussen de boter in een pannetje.
Roer de bloem erdoor en voeg en er al roerend kleine scheutjes melk bij.
Doe dit bij de soep en kook die al roerend nog 3 minuten door.
Bestrooi met gehakte dille of peterselie.

Vissoep met koriander en komkommer

450 gr witvisfilet, zonder vel en graten, in 8 gelijke stukken gesneden
1 liter vis- of kippenbouillon
een stukje gemberwortel van 1 cm, geschild en in flinterdunne plakjes gesneden
zout, witte peper uit de molen
mispunt ve-tsin (naar keuze)
2 lente-uitjes, schoongemaakt en zeer fijn gehakt
1 dessertlepel maïzena, opgelost in een klein beetje water
1 eetlepel verse koriander, gehakt
20 zeer dunne plakjes komkommer, ongeschild

de vis nog even na of geen graten of vel zijn achtergebleven.
Breng de bouillon aan de kook, doe de stukjes vis erin en laat ze op een laag vuur 3-4 minuten pocheren, maar niet koken.
Neem ze met een schuimschaaf uit de bouillon en zet ze apart.
Doe de plakjes gember, de ve-tsin en de gehakte uitjes in de soep en breng op smaak met zout en peper.
Kook de soep op hoog vuur 2-3 minuten en giet haar aansluitend door een doek of fijne zeef in een schone pan.
Verwarm weer en bind met de aangemaakte maïzena.
Doe de stukjes vis, plakjes komkommer en gehakte koriander in de soep, laat haar 1 minuut staan en schep de soep dan in verwarmde kommen.

Turkse vissoep (6 personen)

1 1/2 liter visbouillon of half mosselvocht half water
1 laurierblad
1/2 theelepel zout
versgemalen zwarte peper
3 eetlepels peterselie
1 mispunt saffraanpoeder
500 gr schelvisfilet, of andere stevige vis
Sap van 1 citroen
3 licht losgeklopt eierdooiers

Breng de visbouillon in een stevige pan aan de kook.

Voeg de laurier, zout, peper, 2 eetlepels peterselie en saffraan toe en laat de bouillon 25 minuten zachtjes trekken.

Voeg de vis toe en laat die 15 minuten pochieren.

Klop druppel voor druppel het citroensap door de eierdooiers.

Blijf goed kloppen.

Voeg er dan weer druppelsgewijs de visbouillon bij.

Klop tot alles goed is opgenomen.

Roer het eimengsel door de soep en schep die direkt in de soepkommen.

Garneer de soep met de resterende peterselie.

Vissoep uit Dubrovnik

1 1/2 kg schoongemaakte en in stukken gesneden zeevis (gebruik zo mogelijk verschillende soorten)

2 1/2 liter water

1 schoongemaakte en kleingesneden ui

2 uitgeperste teentjes knoflook

6 geplette witte peperkorrels

2 eetlepels fijngehakte peterselie

1 laurierblad

1 dl olijfolie

2 1/2 dl droge witte wijn

100 gr rijst

250 gr in partjes gesneden tomaten

zout

de stukken vis met het water en wat zout in een pan en breng het geheel aan de kook. Zet het vuur laag en kook de stukken vis ± 5 minuten.

Voeg de partjes tomaat, de kleingesneden ui, de uitgeperste knoflook, de geplette peperkorrels, de fijngehakte peterselie, het laurierblad, de olijfolie en de witte wijn toe.

Breng de soep aan de kook.

Zet het vuur laag en laat alles ± 15 minuten zachtjes koken.

Haal de stukken vis met een schuimspaan uit de soep.

Verwijder koppen, staarten en graten van de stukken vis en houd het visvlees apart.

Zeef de soep en doe hem terug in de pan.

Voeg de rijst aan de gezeefde soep toe en breng het geheel aan de kook.

Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat de rijst ± 20 minuten in de soep koken tot hij gaar is.

Doe het achtergehouden visvlees in de soep en laat dit even meeverwarmen.

Serveer de vissoep zo warm mogelijk en geef er vers stokbrood bij.

Turkse vissoep

(6 personen)

1 1/2 liter visbouillon of half mosselvocht half water

1 laurierblad

1/2 theelepel zout

versgemalen zwarte peper

3 eetlepels peterselie

1 mespunt saffraanpoeder

500 gr schelvisfilet of andere stevige vis

het Sap van 1 citroen

3 licht losgeklopt eierdooiers

Breng de visbouillon in een stevige pan aan de kok.

Voeg de laurier, zout, peper, 2 eetlepels peterselie en de saffraan toe en laat de bouillon 25 minuten zachtjes trekken.

Voeg de vis toe en laat die 15 minuten pochieren.

Klop druppel voor druppel het citroensap door de eierdooiers; blijf goed kloppen.

Voeg er dan weer druppelsgewijs de visbouillon bij en klop tot alles goed is opgenomen.

Roer het eimengsel door de soep en schep die direct in de soepkommen. Garneer de soep met de rest van de peterselie.

Vissoep

1 ui

40 gr boter
6 eetlepels bloem
2 kruidenbouillontabletten
1 eetlepel tomatenpuree
400 gr gesneden soepgroenten
500 gr kabeljauwfilet
zout, peper
1 blik maïskorrels
1 theelepel Italiaanse keukenkruiden

Maak de ui schoon en snijd hem klein.

Verwarm de boter in een grote pan en fruit de ui hierin glazig.

Voeg de bloem toe en warm dit goed door.

Giet er in gedeelten onder goed roeren 1 1/2 liter water bij tot een dunne gebonden soep is ontstaan.

Voeg de bouillontabletten, de tomatenpuree en de gewassen soepgroenten toe en kook dit 5 minuten.

Verdeel de vis in stukjes en bestrooi ze met zout, peper en de Italiaanse keukenkruiden.

Roer de vis en de maïs door de soep en kook de vis in ± 8 minuten gaar.

Geef er geroosterd brood bij.

Tomatenvissoep met preireepjes

300 gr visafval, bij voorkeur van tong of tarbot

1 prei

2 uien

100 gr champignons

70 gr tomatenpuree

1/4 liter witte wijn

1 liter water

1 eetlepel aardappelmeel

30 gr boter

peper, zout

100 gr zure room

Was het visafval en verwijder ogen en kieuwen.

Maak de groenten schoon en snijd het preiwit, de uien en de champignons in plakjes.

Smelt in een kookpan 30 gr boter en laat hierin op zacht vuur en onder een deksel de graten en de groenten enkele minuten zweten.

Voeg de tomatenpuree toe en overgiet met de wijn en 1 liter water.

Breng aan de kook en laat ± 20 minuten zachtjes dampen.

Snipper de zachtgroene preibladeren zo fijn mogelijk en strooi de snippers in 4 soepborden.

Zeef de soep, bind haar met het in water opgeloste aardappelmeel en breng op smaak met peper en zout.

Schep de soep in de borden en laat in elk bord een lepel zure room glijden.

Vissoep op Oosterse wijze

Voor de basisbouillon:

1 kg visgraten

1 takje selderij

1 ui

3 sjalotten

boter

1 stukje gember van ± 20 gr

3 peperkorrels

1 kruidenbultje (peterselie, tijm en laurier)

Voor het garnituur:

2 stengels bleekselderij

1 ui

1 prei

2 wortelen

1/4 Chinese kool

100 gr sojascheuten
16 gekookte scampi's
100 gr inktvis
8 gekookte rivierkreeftjes
4 crabsticks
8 steurgarnalen
2 eetlepels verse korianderblaadjes

Was de visgraten zorgvuldig en verwijder alle bloedresten.
Maak de selderij schoon, was hem en snijd hem in stukken.
Pel de ui en de sjalotten en snipper ze fijn.
Smelt een klontje boter en stoof er de soepgroenten in.
Voeg de visgraten toe en giet er 2 liter water op.
Schil het stukje gember en voeg het samen met de peperkorrels en het kruidenbultje bij de bouillon.
Laat ± 20 minuten koken en giet de bouillon vervolgens door een zeef.
Maak het garnituur.
Was de selderij en snijd hem in dunne halve maantjes.
Pel de ui en snijd hem in zeer dunne ringen.
Maak de prei en de wortelen schoon en snijd beide groenten in fijne juliënne.
Was de Chinese kool en snijd hem in fijne reepjes.
Was de sojascheuten.
Voeg alle groenten bij de gezeefde bouillon en laat ± 5 minuten zachtjes koken.
Pel de scampi's en de rivierkreeftjes en voeg ze bij de soep.
Snijd de inktvis in ringen en voeg deze eveneens bij de soep.
Snijd de krabstaafjes in 3 stukjes en verwarm deze, samen met de rivierkreeftjes en de steurgarnalen, in de soep.
Verdeel de soep over 4 Chinese kommetjes en bestrooi ze met enkele verse korianderblaadjes.
Serveer bij deze lichte maar voedende soep een glaasje Chinese witte wijn.

Tip: Om meer kleur in de soep te brengen, kunt u paksoi gebruiken: dit is een Chinese kool met groene bladeren en witte nerven.

Tomaten-vissoep met kokos
1 gefileerde gerookte makreel
1 pak gezeefde tomaten (passato di pomodoro)
1 blik bruine bonen
1/4 blok santen, of een paar eetlepels geraspte kokos
2 grote uien
2 bananen
500 gr paprika
1 bouillonblokje
zout, (cayenne)peper

Breng de gezeefde tomaten met 1/2 liter water en het bouillonblokje aan de kook.
Snijd de vis, de ui en de paprika klein en doe ze in de kokende soep.
Voeg de santen of de kokos en de bruine bonen toe en laat de soep 15-20 minuten zachtjes koken tot de groenten gaar zijn.
(Als u een meer gebonden soep wilt, kunt u de helft van de bonen eerst pureren).
Voeg 5 minuten voor het einde van de kooktijd de fijngesneden banaan toe.
Breng op smaak met zout en (cayenne)peper.
Als extra smaakmakers kunt u nog denken aan knoflook, kardemom of een citroenschilletje (dat laatste moet u een paar minuten laten meekoken).

Cacciucco alla Livornese (italiaanse vissoep)
(6 personen)

500 gr inktvis
500 gr octopus
300 gr verse hondshaai
500 gr vis voor soep
500 gr schelpdieren (mosselen)
500 gr (rivier)kreeft, garnalen, Noorse zeekreeft

witte wijn

1 eetlepel tomatenpuree

olijfolie

knoflook

chilipoeder

salie

12 sneden geroosterd brood, gekruid met knoflook en peper

Zet een casserole op het vuur met op de bodem de olijfolie, knoflook, salie en chili en fruit dit lichtjes.

Doe er dan de in stukken gesneden octopus en inktvis bij, besprenkel met witte wijn, voeg de tomatenpuree toe en laat dit, onder af en toe roeren, 20 minuten koken.

Voeg geleidelijk de vis voor soep en de gesneden hondshaai toe.

Kook de viskoppen met geurige kruiden in bouillon, snijd ze daarna in stukken, laat die in een vergiet uitlekken en doe ze in de casserole (dit verhoogt de consistentie en smaak van de 'cacciucco').

Zet het vuur middelhoog en voeg, als de octopus en de inktvis zacht zijn geworden, de schelpdieren toe.

Laat dit 6-7 minuten koken, tot de mosselschelpen zijn opengegaan.

Leg het met knoflook ingewreven en geroosterde brood op de bodem van de soepborden en schep er met een grote lepel de vis en het vocht uit de casserole op.

N.B.: Het gebruikte brood moet niet vers zijn, maar een paar dagen Oud. Het moet niet hard zijn, maar nogal zacht; dit bereikt u door het in een gesloten verpakking te bewaren.

Bouillabaisse uit de Provence

1 envelopje saffraan

2 grote tenen knoflook

600 gr kabeljauwfilet

1 dl olijfolie

4 tomaten

1/2 zakje verse Proven&Cedil;aalse kruidenmix

1 ui

1 dunne prei

1 stengel bleekselderij

3 visbouillontabletten

1 stukje sinaasappel van ± 4 cm

1 pakje fruit de mer (150 gr)

1 eetlepel tomatenpuree

1 eetlepel Pastis of Pernod

zout, peper

1 takje peterselie

Week de saffraandraadjes ± 5 minuten in een kommetje met 2 eetlepels heet water.

Pel de knoflooktenen en hak ze fijn.

Snijd de kabeljauwfilet in blokjes.

Meng in een kom 3 eetlepels olie, de helft van de knoflook en de helft van de saffraandraadjes door elkaar.

Schep er de kabeljauwfilet door en laat het geheel ± 10 minuten staan.

Kruis de tomaten in, dompel ze enkele seconden in kokend water onder, spoel ze onder koud stromend water af en ontvel ze.

Snijd de tomaten in vieren, verwijder de zadjes en snijd het vruchtvlees in blokjes.

Bind de Proven&Cedil;aalse kruiden met dik garen tot een bosje bij elkaar (bouquet garni).

Pel de ui en snipper hem grof.

Maak de prei schoon, was hem en snijd hem in dunne ringen.

Was de bleekselderij en snijd hem in plakjes.

Verhit in een soeppan de rest van de olie en fruit daarin de ui, de prei, de bleekselderij en de rest van de knoflook in ± 2 minuten zachtjes glazig.

Roer er de tomaten door en verkruiemel er de bouillontabletten boven.

Voeg 1 liter water, het kruidenbosje, de sinaasappelschil en de rest van de saffraan met het vocht toe, breng het geheel aan de kook en laat het ± 20 minuten op matig vuur koken.

Voeg de blokjes kabeljauw met de marinade en de fruit de mer aan de soep toe en verwarm de soep nog 5-8 minuten tegen de kook aan.

Verwarm intussen een ondiepe schaal en een soepterrine voor.

Schep de blokjes vis en de fruit de mer met een schuimspaan in de ondiepe schaal en houd ze onder aluminiumfolie warm.

Verwijder het bouquet garni en de sinaasappelschil uit de soep en roer er de tomatenpuree en de Pastis door.

Breng de soep op smaak met zout en peper en doe haar over in een soepterrine.

Knip er de peterselie boven fijn en roer die door de soep.

Schep de vis door de soep en serveer met croûtons (in olijfolie gebakken blokjes brood) en rouille.

Forel-crèmesoep

8 dl visbouillon

2 eetlepels Noilly Prat

4 gerookte forelfilets

1/4 liter slagroom

2 eierdooiers

2 eetlepels geroosterde, geschaafde amandelen

4 toefjes waterkers

Laat de visbouillon en de vermout tot 2/3 inkoken.

Snijd 2 forelfilets in schuine repen en pureer de rest van de forelfilets met beetje visbouillon.

Houd enkele lepels slagroom apart.

Roer in een pan de forelpuree en de rest van de slagroom door elkaar en verwarm dit 3 minuten.

Klop de eierdooiers met de achtergehouden slagroom los en roer er 2 eetlepels bouillon door.

Voeg het eimengsel al roerend aan de puree toe en verwarm alles zachtjes 2 minuten (laat niet koken!).

Verdeel de soep over 4 diepe borden en garneer met de repen forelfilet, de amandelen en de toefjes waterkers.

Roomsoep van gerookte forel en aspergepunten

2 forelfilets

2 preiwitten

2 aardappelen

boter

1 liter kippenbouillon

2 dl room

4 witte asperges

4 groene asperges

1 eierdooier

1 mespunt saffraanpoeder

8 kleine ronde toastjes

4 koffielepels foreleitjes (of zalmeitjes)

peper, zout

Snijd de forelfilets in gelijkmatige ruitjes en bewaar de reststukjes voor de bouillon.

Maak de preiwitten schoon en snijd ze heel fijn.

Schil de aardappelen en snijd ze eveneens heel klein.

Stoof de prei- en aardappelstukjes in een klontje boter, maar laat ze niet kleuren.

Voeg er de forelresten en de kippenbouillon aan toe en laat de soep ± 30 minuten koken.

Mix de soep vervolgens fijn en giet haar door een zeef.

Breng de soep, samen met de room, opnieuw aan de kook en breng op smaak met peper en zout.

Schil de asperges, snijd de koppen op 5 cm af en verdeel de steeltjes in kleine stukjes.

Voeg ze bij de roomsoep en laat ze ± 10 minuten pochieren.

Kleur de soep tenslotte met het saffraanpoeder.

Vul een kopje met soep, klop er de eierdooier in los en roer dit door de rest van de soep.

Houd de soep warm, maar laat niet meer koken.
Beleg de toastjes met de foreleitjes.
Schep de soep in 4 warme borden en zorg dat in elk bord een witte en een groene aspergepunt ligt.
Versier de soep verder met de belegde toastjes.

**Forelsoep met sinaasappel
(2 personen)**

50 gr gerookte forel
1/2 citroen
1/2 sinaasappel
1/2 liter visbouillon (tablet)
1/8 liter slagroom
1/2 theelepel fijngehakte dille
1 theelepel gembersiroop
zout, peper

Snijd de gerookte forel in stukjes.
Pers de citroen en de sinaasappel uit.
Breng de visbouillon met het citrussap en de slagroom aan de kook en laat de soep op hoog vuur inkoken, tot er ongeveer 4 dl over is.
Voeg de dille, de gembersiroop en wat zout en peper toe.
Leg de stukjes forel in 2 voorverwarmde soepborden en schep er de soep over.

**Romige soep met gerookte schelvis
(Ierland) (6 personen)**

500 gr gerookte schelvisfilets in reepjes
1 liter melk
± 15 saffraandraadjes
30 gr boter
5 lente-uitjes in dunne ringen
250 gr geschilde aardappelen in blokjes
zout, peper
5-6 eetlepels losgeroerde crème fraîche
1-2 eetlepels fijngesneden bieslook

Breng de vis met de melk en de saffraan langzaam aan de kook en laat ze ± 15 minuten zachtjes koken.
Zeef de melk en houd de schelvis apart.
Smelt de boter en bak de lente-uitjes hierin op zacht vuur ± 5 minuten.
Voeg de gezeefde melk, de schelvis en de aardappelen toe.
Breng het mengsel aan de kook en laat het 10-12 minuten zachtjes koken tot de aardappelen gaar zijn.
Breng de soep met zout en peper op smaak.
(Verwarm de soep opnieuw) en schenk haar in voorverwarmde kommen of borden.
Schenk de crème fraîche op de soep en strooi er de bieslook over.

Soep van sprot en gerookte haai
300 gr gerookte haaiwam
100 gr sprotfilet
100 gr doorregen rookspek
2 preien
2 grote wortels
500 gr aardappelen
1 1/2 liter krachtige vleesbouillon
1 blikje (40 gr) tomatenpuree
1 eetlepel gehakte peterselie
versgemalen peper

De gerookte buikwand (wam) van doornhaai is in ons omringende landen een delicatessen, vooral in Duitsland.

Ook in ons land zien we dit product bij de visspecialist steeds vaker en wel onder de Duitse benaming 'Schillerlocken'.
Een heerlijke snackje tussendoor, zo uit het vuistje, maar ook prima te verwerken in gerechten waar gerookte vis aan te pas komt.

Snijd het gerookte spek in dobbelsteentjes en bak die uit.

Was de groenten.

Snijd de prei in niet al te dikke ringen en de wortels in schijfjes en bak ze in de pan met spekjes licht aan.

Schil de aardappelen, snijd ze in plakjes en voeg die toe.

Breng de bouillon met de tomatenpuree aan de kook, voeg het spek-groentenbaksel toe en laat het geheel op laag vuur 20 minuten trekken.

Roer er de peterselie door en breng met versgemalen peper op smaak.

Snijd de gerookte haaiwam (Schillerlocken) in schijfjes en de sprotfilet in stukjes.

Roer die op het laatst door de soep en maak de soep nogmaals op smaak af.

Serveer met stokbrood.

Geglaceerde visvelouté met fijne kruiden

Voor de basisbouillon:

2 kg visafval van platvissen

2 uien

3 sjalotten

2 selderijtakjes

boter

1 kruidenbultje (peterselie, tijm en laurier)

Voor de soep:

2 preiwitten

1 selderijtakje

2 uien

boter

60 gr bloem

peper, zout

Voor het garnituur:

2 dl room

1 eetlepel gehakte kervel

1 eetlepel gehakte peterselie

1 koffielepel gehakte dragon

1 eetlepel gehakte bieslook

Was het visafval zorgvuldig en verwijder de kieuwen en de bloedresten.

Pel de uien en de sjalotten en snipper ze fijn.

Maak de selderijtakjes schoon en snijd ze klein.

Smelt een klontje boter en stoof er de groentesnippers in.

Schep er het visafval op en laat dat even meestoven.

Voeg er het kruidenbultje en 2 1/2 liter water bij en laat ± 20 minuten zachtjes koken.

Giet de bouillon door een zeef.

Maak intussen de soepgroenten schoon.

Was de preiwitten en het resterende selderijtakje en snijd ze fijn.

Pel de uien en snipper ze fijn.

Smelt een klontje boter en stoof er de stukjes prei, selderij en ui in.

Bestrooi met de bloem en laat even bakken.

Voeg er de gezeefde visbouillon bij en laat nog ± 30 minuten koken.

Roer de soep om en giet haar door een zeef.

Breng de soep op smaak met peper en zout.

Klop voor het garnituur de room lichtjes op en spatel er de gehakte groene kruiden door.

Schep de soep in 4 soepkommen en giet er voorzichtig de kruidenroom op.

Zet de soepkommen even onder de grill en laat glaceren.

Tip: U kunt deze soep verder afwerken met garnaltjes, mosselen, champignons of stukjes gerookte forel.

Visvelouté met gerookte forel

Voor de bouillon:

300 gr visafval (graten en koppen van zeetong)
2 sjalotten
1 ui
1 selderijtakje
boter
2 dl witte wijn
5 peperkorrels
1 kruidenbultje (peterselie, tijm en laurier)
1 gerookte forel

Voor de velouté:

3 preiwitten
2 uien
boter
1 eetlepel bloem

Voor het garnituur:

1 dl room
1 koffielepel zalmeitjes
enkele plukjes kervel

Was het visafval zorgvuldig.

Pel de sjalotten en de ui en snipper ze fijn.

Was het selderijtakje en snijd het fijn.

Smelt een klontje boter en stoof er het visafval en de groentesnippers in.

Voeg er de witte wijn, 1 1/2 liter water, de peperkorrels en het kruidenbultje aan toe.

Breng de bouillon aan de kook en laat ± 15 minuten zachtjes sudderen.

Fileer intussen de gerookte forel en snijd het visvlees in stukjes.

Voeg het vel en de kop bij de bouillon en laat deze op zacht vuur nog ± 10 minuten trekken.

Giet de bouillon tenslotte door een zeef.

Maak de preiwitten schoon, pel de uien en snipper beide groenten fijn.

Smelt een klontje boter en stoof er de groentesnippers in.

Bestrooi met de bloem en laat even bakken.

Voeg er vervolgens de gezeefde bouillon aan toe en laat de soep ± 30 minuten zachtjes sudderen.

Mix de soep en giet haar door een zeef.

Verdeel de forel over 4 borden en giet er de soep over.

Klop de room lichtjes op en lepel hem op de soep.

Bestrooi tenslotte met de zalmeitjes en versier met een plukje kervel.

Vissoepje met langoustines, courgettes en deegschelpjes

1 kg visafval van platvissen

6 rauwe langoustines

2 uien

Boter

Het sap van 1/4 citroen

5 dl droge witte wijn

1 kleine courgette

2 eetlepels deegschelpjes

250 gr gezeefde tomaten

3 eetlepels tapioca

1 eetlepel pastis

Tijm, laurier

peper, zout

Maak het visafval schoon.

Breek de langoustines in tweeën.

Voeg de koppen en de schalen van de langoustinestaartjes bij het visafval.

Snijd de staartjes vervolgens in de lengte door en verwijder het darmkanaal.

Pel de uien en snijd ze in dunne ringen.

Smelt een klontje boter en stoof er de uiringen in.

Voeg er vervolgens het visafval, het takje tijm, het laurierblaadje, het citroensap en de witte wijn aan toe.

Giet er tenslotte 5 dl water bij en breng op smaak met peper en zout.

Laat de bouillon onder gesloten deksel ± 20 minuten sudderen.

Was de courgette, snijd hem in dobbelsteentjes van ± 1/2 cm dik en kook deze in lichtgezouten water beetgaar.

Kook de deegschelpjes eveneens beetgaar in lichtgezouten water waaraan u een klontje boter heeft toegevoegd.

Giet de visbouillon door een zeef en voeg er de tomatenpuree aan toe.

Breng de bouillon opnieuw aan de kook, voeg er de tapioca bij en laat zachtjes koken tot de pareltjes gezwollen en helder zijn.

Mix de soep fijn en giet haar tenslotte door een zeef.

Breng de soep op smaak met peper en zout en voeg er de langoustinestaarten aan toe.

Laat deze even gaar worden en voeg er tenslotte de deegschelpjes, de courgetteblokjes en de pastis bij.

Verdeel de soep over 4 borden en schep in elk bord 3 halve langoustinestaartjes.

Tip: Gezeefde tomaten is een gebruiksklare tomatencoulis die gemakkelijk verkrijgbaar is in dozen van 500 gr.

Vissoep met rijst

1 wortel

1 ui

1 stengel bleekselderij

visafval van tong en tarbot

30 gr boter

1/2 liter droge witte wijn

zout

1 teentje knoflook

2 eetlepels koudgeperste olijfolie

200 gr rijst

500 gr roodbaarsfilet

50 gr peterselie

Schil de wortel en pel de ui.

Was het visafval en stoof alles even in de boter.

Voeg 1 liter water, de witte wijn, de grof gesneden ui, wortel en selderij toe, zout lichtjes en laat de fumet op vrij hoog vuur 30 minuten koken.

Fruit het in tweeën gesneden teentje knoflook in een andere pan in de olie, giet de gezeefde fumet erop en voeg de rijst toe.

Voeg na 15 minuten de in stukjes gesneden visfilet toe en laat nog 5 minuten koken.

Was intussen de peterselie, hak hem fijn en roer hem door de soep.

Vissoep met langoustines

1 kg visafval van platvissen

6 rauwe langoustines

2 uien

boter

het sap van 1/4 citroen

5 dl droge witte wijn

1 kleine courgette

2 eetlepels deegschelpjes

250 gr gezeefde tomaten (een gebruiksklare tomatencoulis)

3 eetlepels tapioca

1 eetlepel Pastis

tijm, laurier

peper, zout

Maak het visafval schoon.

Breek de langoustines in tweeën en voeg de koppen en de schalen van de langoustinestaartjes bij het visafval.

Snijd de staartjes vervolgens in de lengte door en verwijder het darmkanaal.

Pel de uien en snijd ze in dunne ringen.

Smelt een klontje boter en stoof er de uiringen in.

Voeg het visafval, het takje tijm, het laurierblaadje, het citroensap en de witte wijn toe, giet er 5 dl water bij en breng op smaak met peper en zout.
Laat de bouillon onder gesloten deksel ± 20 minuten sudderen.
Was de courgette, snijd hem in dobbelsteentjes van ± 1/2 cm dik en kook die in lichtgezouten water beetgaar.
Kook de deegschelpjes beetgaar in lichtgezouten water met daarin een klontje boter.
Giet de visbouillon door een zeef en voeg er de tomatenpuree aan toe.
Breng de bouillon opnieuw aan de kook, voeg er de tapioca bij en laat zachtjes koken tot de pareltjes gezwollen en helder zijn.
Mix de soep fijn en giet haar door een zeef.
Breng de soep op smaak met peper en zout en voeg er de langoustinestaarten aan toe.
Laat deze even gaar worden en voeg er tenslotte de deegschelpjes, de courgetteblokjes en de Pastis bij.
Verdeel de soep over 4 borden en schep in elk bord 3 halve langoustinestaartjes.

Pittige vissoep met mosselen en garnalen

300 gr scholfilet
200 gr gekookte mosselen
100 gr gepelde Noorse garnalen
50 gr boter
1 grote ui
1 teentje knoflook
1 rode Spaanse peper
1 theelepel kerriepoeder
2 theelepels kurkuma
40 gr bloem
3 visbouillontabletten
2 eieren
4 eetlepels slagroom
2 tomaten
2 eetlepels verse dille
zout

Snipper de ui.

Plet het teentje knoflook en snijd het ragfijn.

Snijd de Spaanse peper in smalle reepjes.

Splits de eieren (het wit wordt niet gebruikt).

Dompel de tomaten 10 seconden in heet water en haal de vellen eraf.

Hak de dille heel fijn.

Spoel de vis, mosselen en garnalen onder stromend koud water.

Snijd de vis in smalle reepjes en kijk de mosselen en garnalen op ongerechtigheden na.

Verhit de boter in een pan met dikke bodem, fruit de ui 3 minuten en voeg dan de Spaanse peper en de knoflook toe.

Roer alles goed door elkaar en strooi er de kerrie en de kurkuma over.

Roer alles opnieuw krachtig door elkaar, voeg de bloem toe en blijf roeren tot een gladde massa is verkregen.

Schenk er, onder voortdurend roeren, 1/2 liter koud water bij en blijf roeren tot alles aan de kook is gekomen en de soep licht is gebonden.

Laat de soep nu 8 minuten koken, los er dan de bouillontabletten in op en houd de soep tegen de kook aan.

Klop intussen de eierdooiers en de room goed door elkaar en roer er 4 eetlepels hete soep door.

Schep de vis, mosselen en garnalen door de soep, schenk er na 2 minuten het ei-roommengsel bij en voeg de tomaatblokjes toe.

Laat de soep nog 1 minuut koken, blijf roeren en neem daarna de pan van het vuur.

Blijf nog 20-30 seconden in de soep roeren.

Voeg zout naar smaak toe.

Visbouillon met gegratineerde zeeduivel

1 grote aardappel
6 teentjes knoflook
1 eierdooier
4-6 eetlepels koudgeperste olijfolie

1-2 eetlepels room
zout, versgemalen peper
2 uien
1 theelepel venkelzaadjes
5 saffraandraadjes
8 dunne plakken zeeduivel
8 sneetjes geroosterd stokbrood
venkelgroen om te garneren

Kook de aardappel en prak hem fijn.

Pers er 5 teentjes knoflook door de knijper bij en meng goed.

Roer er de eierdooier door en werk er onder voortdurend roeren de olie door (maak het geheel eventueel gladder met een staafmixer).

Voeg de room, zout en peper toe.

Snijd de uien in fijne ringen.

Breng deze, samen met het laatst (gepelde) knoflookteentje, de venkelzaadjes en de saffraandraadjes, in 1/2 liter water aan de kook en kruid met zout.

Kruid de vis met peper en laat hem 4-5 minuten op zacht vuur in de bouillon trekken.

Verwarm de grill voor.

Verdeel de sneetjes brood over 4 borden.

Laat de uiringen uitlekken en verdeel ze over het brood.

Laat de vis uitlekken en leg de plakken op hun beurt op de uien.

Giet er de knoflooksaus over en bak 2-3 minuten onder de grill.

Giet 1/8 liter bouillon in elk bord en garneer met venkelgroen.

Heilbotbouillon met tomaat

Trek in 30 minuten op zacht vuur een krachtige court-bouillon van visgraten en -koppen, 1 ui, 1 stengel bleekselderij, 2 laurierblaadjes, peterseliestelen (liefst met wortel!), 2 dl witte wijn en 1 1/2 liter water (schuim goed af).

Zeef de bouillon door een doek en breng hem op smaak met zout, peper en een snufje saffraanpoeder.

Snijd dunne schuine plakjes van 1 zorgvuldig gewassen prei.

Ontvel en ontpit 3 vleestomaten en snijd het vruchtvlees in kleine blokjes.

Snijd 400 gr gefileerde heilbot in schuine repen.

Breng de bouillon aan kook, zet het vuur heel laag en pocheer de vis en de prei 5 minuten.

Schep de soep in voorverwarmde borden, verdeel er de tomaatblokjes over en bestrooi met bieslook.

Komkommersoep met garnalen

1 ui

2 komkommers

1 eetlepel boter

1 vleesbouillontablet

1/2 theelepel kummel

150 gr gepelde garnalen

1 eetlepel dille

1 bekertje zure room

zout, peper

worcestershiresaus

Pel en snipper de ui, schil de komkommers, halveer ze overlangs, rasp drie helften grof en snijd één helft in kleine blokjes.

Smelt in een pan de boter en fruit daarin de ui 3 minuten.

Voeg de komkommerras, het bouillontablet, de kummel en 3/4 liter water toe en laat dit met de deksel op de pan ± 15 minuten koken.

Wrijf de soep boven een andere pan door een zeef.

Spoel de garnalen in een zeef onder koud water af.

Laat de soep op zacht vuur in ± 5 minuten heet worden, roer er de komkommerblokjes, de garnalen en de dille door en laat die ± 3 minuten meewarmen.

Roer van het vuur af een paar eetlepels zure room door de soep en breng de soep op smaak met zout, peper en een paar druppels worcestershiresaus.

Koude komkommersoep met garnalen

1 ui
1 eetlepel boter
2 eetlepels bloem
1 liter kippenbouillon
1 eierdooier
1 eetlepel melk
2 eetlepels crème fraîche
versgemalen zwarte peper
1 komkommer
paar takjes munt
175 gr gepelde garnalen

Snipper de ui heel fijn en fruit hem in de verhitte boter goudgeel.
Roer de bloem erdoor, laat die 1 minuut garen en roer er de warme bouillon in gedeelten bij, zodat een gladde massa ontstaat.
Roer de eierdooier met de melk en de crème fraîche los, klop er een paar lepels hete soep door en roer het mengseltje straalsgewijs door de soep.
Rasp de geschildte komkommer en voeg die aan de soep toe.
Laat nog even goed doorwarmen, zonder te laten koken.
Laat de soep dan afkoelen, door de pan in een bak koud water met ijs klontjes te zetten en regelmatig in de soep te roeren.
Verdeel de garnalen over de borden of kommen, schep de soep erop en bestrooi met geknipte muntblaadjes.

Garnalensoep
3 tomaten
1 eetlepel boter
1 theelepels chilipoeder
1 pot visfond (± 400 ml)
2 eetlepels cognac
1 dl droge witte wijn
2 eetlepels dragon
1 pakje Room Culinair
125 gr garnalen
1 visbouillontablet
bieslook
zout, peper

Ontvel de tomaten, snijd ze in stukjes en verwijder de pitjes.
Verhit de boter in een pan en smoor de tomaat met het chilipoeder en de cognac daarin 2 minuten.
Voeg de fond, de wijn en de dragon toe en breng het geheel aan de kook.
Verkruimel er het visbouillontablet boven, laat afgedekt 3 minuten zachtjes koken en pureer dan met een staafmixer tot een gladde soep is ontstaan.
Roer er de room door, breng de soep aan de kook en voeg de garnalen toe.
Warm de soep nog 2 minuten door, breng haar met zout en peper op smaak en strooi er de in stukjes geknipte bieslook over.

Cajungarnalen- groentesoep
Bak 2 grote, in stukjes gesneden, rode paprika's in 1 eetlepel olie ± 5 minuten.
Snijd 1-2 eetlepels cajunkruiden, 3 sjalotten, 2 teentjes knoflook, 1 prei en 100 gr champignons fijn en bak ze op hoog vuur ± 5 minuten mee.
Voeg 1 liter visbouillon en 1 blaadje laurier toe, breng het aan de kook en laat ± 15 minuten zachtjes koken.
Verwijder de laurier, pureer en zeef de soep.
Breng de gezeefde soep met 1 dl slagroom opnieuw aan de kook en maak met zout en cayennepeper op smaak.
Roer 150 gr gepelde Noorse garnalen, 2 theelepels tijm, 1 eetlepel fijngesneden basilicum en 2 eetlepels fijngesneden bieslook door de soep.

Bisque van grijze garnalen
(2 personen)

1 ui

1 wortel
2 stengels bleekselderij
1 eetlepel olijfolie
boter
250 gr garnaalkoppen
250 gr visafval
2 eetlepels tomatenpuree
25 gr rijstbloem
1/2 dl cognac
1 dl droge witte wijn
5 dl visbouillon
5 dl kippenbouillon
peperkorrels, cayennepeper
1 teentje knoflook
1 takje tijm
1 blaadje laurier
peper, zout
2 eetlepels gepelde grijze garnalen
2 eetlepels room

De dag van tevoren:

Stoof de gehakte ui en de in dobbelsteentjes gesneden wortel en bleekselderij in de olijfolie en een klontje boter aan.

Voeg de garnalenkoppen en het visafval toe en stoof deze mee.

Meng de tomatenpuree eronder en laat ook die even licht verkleuren.

Bestrooi met rijstbloem en meng goed.

Flambeer de cognac, blus met de witte wijn en Schenk er de visbouillon en de kippenbouillon bij.

Aromatiseer met een mespuntje geplette peperkorrels, eventueel cayennepeper, de geplette knoflook, de tijm en het laurierblaadje.

Laat opkoken, schuim af en laat 20 minuten zachtjes koken.

Giet deze basis door een zeef.

De dag zelf:

Laat terug opkoken, schuim af, passeer door een fijne zeef (of sauszeef) en breng op smaak met peper en zout.

Garneer per kop met een koffielepel cognac, 1 eetlepel gepelde grijze garnalen en 1 eetlepel al dan niet half opgeklopte room.

Consommé van grijze garnalen
(10 personen)

Voor de gevogeltefond:

2 wortelen
1 ui
1 prei
1 tak bladselderij
5-6 liter water
1 takje tijm
1 blaadje laurier
zout
10 geplette peperkorrels
3 kipkarkassen of 1 soepkip

Voor het klaren:

2 wortelen
1 prei
1/2 stengel bleekselderij
3 eetlepels tomatenpuree
zout
5 geplette peperkorrels
1 teentje knoflook
1 takje tijm
1 blaadje laurier

12-14 zuivere eiwitten

1 kg ongepelde verse garnalen (gemalen of zeer klein gehakt)

Voor het garnituur:

1 wortel

1/4 komkommer

300 gr verse gepelde garnalen

1 stengel bleekselderij

enkele kervelplukjes

Fond:

Maak de groenten schoon en breng ze ongesneden in gezouten water aan de kook, samen met de tijm, de laurier en de geplette peperkorrels.

Voeg er, als het water kookt, de kipkarkassen bij en laat de bouillon 45 minuten trekken.

Ontschuim en ontvet regelmatig.

Giet de bouillon door een zeef en laat haar afkoelen.

Snijd de groenten in dobbelsteentjes en vermeng ze met de tomatenpuree, de kruiden en een klein scheutje water.

Voeg de eiwitten toe en klop het geheel goed los.

Voeg er de fijngemalen, niet gepelde garnalen bij en giet er de gevogeltefond op.

Breng aan de kook en roer met een houten lepel zeer regelmatig, zodat de eiwitten niet verbranden.

Laat 50 minuten op laag vuur trekken (laat niet meer doorkoken en roer zeker niet meer; de koek, gevormd door de eiwitten, mag niet worden gebroken).

Zeef de bouillon door een vochtige neteldoek.

Snijd de garnituurgroenten in fijne dobbelsteentjes en kook ze in kokend gezouten water beetgaar.

Verfris ze en laat ze dan uitlekken.

Doe het garnituur en de gepelde garnalen in een voorverwarmde soepterrine.

Giet de consommé erover en voeg er de kervelplukjes bij.

Hete en zure garnalensoep

400 gr middelgrote garnalen

3 stengels citroengras

2 teentjes knoflook

2 theelepels gehakte korianderwortels

15 mm verse Kha gember aan een stuk

2 verse rode pepers

4 kleine verse groene pepers

4 Kaffir-limebladeren

75 ml (1/3 kopje) plantaardige olie

25 ml (2 eetlepels) vissaus

25 ml (2 eetlepels) limesap

verse korianderbladeren

Pel de garnalen, maar laat de staart zitten; bewaar de koppen en de 'schelpen'.

Snijd het citroengras in stukken van ± 25 ml en plet ze voorzichtig met het heft van een mes.

Doe de knoflook, korianderwortel en peperkorrels in een vijzel en stamp tot het een zachte gladde massa is.

Snijd de gember in plakjes, snijd de pepers in erg dunne ringetjes en scheur de limebladeren in stukjes.

Verwarm de olie in een steelpan, voeg de garnalenkoppen en 'schelpen' toe en bak ze al roerend 3-4 minuten.

Voeg dan 1 1/2 liter water toe en breng het aan de kook.

Doe de pan dicht, zet het vuur zachter en laat het 10 minuten sudderen.

Giet de vloeistof door een fijne zeef in een nieuwe steelpan en breng het opnieuw aan de kook.

Roer de kruidenmassa erdoor en voeg dan het citroengras, de gember, de limebladeren en de garnalen toe.

Breng het weer aan de kook en laat het ± 3 minuten koken.

Voeg dan de vissaus, het limesap en de pepers toe.

Roer het geheel goed door elkaar, doe het in een 'steam boat' (soort pan in de vorm van een tulband bakblik, waarvan de schoorsteen is gevuld met roodgloeiende houtskool) en garneer het geheel met stukjes korianderblad.

**Pittig gekruide garnalensoep
(6 personen)**

500-1000 gr rauwe ongepelde garnalen
2 eetlepels sesamolie
1,8 liter kippenbouillon (tablet)
6 fijngesneden stengels citroengras (sereh)
1 eetlepel Tom Yam pasta (zie recept)
8 verse limoenblaadjes (djeroek poeroet)
4-6 kleine rode pepers
4 eetlepels citroensap
1 eetlepel vissaus
1 theelepel suiker
1 blikje straw mushrooms (stro-champignons)

Pel de garnalen en verwijder de zwarte darm; bewaar de koppen en schalen.

Verhit in een wok de olie en bak het garnalenafval rosé.

Breng in een ruime pan de bouillon met het garnalenafval, 1/3 deel van het citroengras en de Tom Yam pasta aan de kook en laat dit ± 15 minuten koken.

Zeef de bouillon, breng hem opnieuw aan de kook met de rest van het citroengras, het limoenblad, de rode pepers, het citroensap, de vissaus, de suiker en de champignons en laat de soep ± 5 minuten zachtjes koken.

Kook de garnalen 1-2 minuten mee.

Bisque van zee kreeft

1 kg kreeft
1,6 dl witte wijn
8 dl visfond
20 gr tomatenpuree
40 gr wortel
40 gr prei
40 gr ui
40 gr knolselderij
3 knoflookteentjes
peperkorrels
1 laurierblad
basilicum
selderij
rozemarijn
1 liter room

Hak de kreeft in stukken en zet die op hoog vuur even aan.

Voeg de gesneden groenten met de kruiden en de specerijen toe en laat ze bakken zonder ze te laten verkleuren.

Voeg de tomatenpuree toe, roer goed door en blus af met de witte wijn.

Voeg de visbouillon toe, laat alles aan de kook komen en laat de bouillon op laag vuur 1 uur trekken.

Passeer alles door een doek, voeg de room toe en breng op smaak met zout en peper.

Wilt u de soep extra lekker maken, dan kunt u op het laatste moment nog een scheutje cognac of armagnac toevoegen.

**Schildpadsoep Lady Curzon
(10 personen)**

Verwarm 1 1/2 liter schildpadsoep (geconserveerd verkrijgbaar) met een scheutje sherry.

Klop 1/2 liter room op.

Doe de soep in kleine soepkopjes en bedek de soep met de opgeklopte room.

Strooi er wat kerrie-poeder over en glaceer de room op de soep onder de grill.

Zure soep met vis en groenten

175 gr visfilet
1/4 kleine witte kool
75 gr groene bonen
2 lente-uitjes
2 sjalotten
15 mm verse gember aan een stuk
2 teentjes knoflook
2 theelepels gehakte korianderwortel
2 theelepels trassi
1/2 theelepel bakpoeder
1/2 theelepel zwarte peperkorrels
1/4 theelepel zout
25 ml (2 eetlepels) plantaardige olie
1 1/2 liter heldere visbouillon
75 ml (1/3 kopje) tamarindewater
25 gr (2 eetlepels) palmsuiker
verse korianderbladeren

Verwijder het vel van de vis, let erop dat er geen schubben achterblijven en hak de vis daarna in kleine moten.

Snijd de kool, de bonen en de lente-uitjes in kleine stukken (± 3 cm).

Hak dan de sjalotten, gember en knoflook in stukken, doe ze in een vijzel, samen met de korianderwortel, trassi, bakpoeder, peperkorrels en zout en stamp tot het een gladde massa is geworden.

Verwarm de olie in een diepe braadpan, voeg de kruidenmassa toe en bak het al roerend 4-5 minuten.

Voeg daarna de vis, de visbouillon, het tamarindewater en de palmsuiker toe en breng het geheel aan de kook.

Temper het vuur en laat de soep 45 minuten sudderen.

Voeg daarna de koolbladeren, bonen en lente-uitjes toe en laat het geheel nog 2-3 minuten koken.

Doe de soep in een terrine en garneer met de stukjes korianderblad.

Seafood- en rijstsoep

8 mosselen
8 schelpen
125 gr kleine verse garnalen
125 gr blanke visfilet
1 teentje knoflook
15 mm verse gember aan een stuk
1 sjalot
1 theelepel gehakte korianderwortel
50 ml (1/4 kop) plantaardige olie
2 liter heldere visbouillon
zout en versgemalen zwarte peper
200 gr langkorrelrijst
2 theelepels vissaus
vers gehakte korianderbladeren

Borstel de mosselen en de schelpen goed schoon en spoel ze met koud water af. Doe ze in een pan met felkookend water en laat ze staan tot de schalen opengaan; verwijder diegene die niet open gaan.

Haal de schelpen uit het water en gooi de schalen weg.

Blancheer de garnalen in felkookend water en pel ze daarna.

snijd de visfilet in kleine stukjes.

Kneus de knoflook en hak de gember, sjalotten en korianderwortels in stukken.

Verhit de helft van de olie in een pan en bak de knoflook, gember, sjalotten en korianderwortels al roerend 3-4 minuten.

Voeg de bouillon toe en breng het geheel snel aan de kook.

Temper het vuur en laat de soep 15 minuten sudderen.

Giet de bouillon daarna door een fijne zeef in een nieuwe pan.

Breng de bouillon weer aan de kook, voeg de seafood toe en breng het geheel op smaak met zout en versgemalen zwarte peper.

Temper het vuur en laat de soep sudderen tot de seafood gaar is, maar nog wel stevig. Doe de soep in een terrine en houd haar warm.

Verwarm de overgebleven olie in een pan, voeg de rijst toe en bak die al roerend 2-3 minuten.

Voeg de vissaus toe, roer het geheel goed door elkaar en laat het nog 1 minuut doorkoken.

Giet de bouillon over de rijst, doe een deksel op de pan en laat koken tot de rijst zacht is. Doe de soep tenslotte met de rijst in een terrine en strooi er de fijngehakte korianderbladeren over.

Soep met garnalenballetjes

225 gr verse garnalen

1 teentje knoflook

1 korianderwortel

1/4 theelepel zout

versgemalen witte peper

1 licht geklutst ei

2 theelepels meel

6 gedroogde zwarte paddestoelen

50 gr tahoe

2 lente-uitjes

1 1/2 liter heldere kippenbouillon

2 theelepels vissaus

versgehakte korianderbladeren

Pel de garnalen en maal ze met een vleesmolen fijn.

Kneus de knoflook en de korianderwortel en doe ze samen met de gemalen garnalen, zout, versgemalen peper, de eieren en het meel in een mengkom.

Meng het geheel goed en draai er kleine balletjes van.

Was de paddestoelen met koud water en laat ze 40 minuten in een pan met warm water weken.

Verwijder de harde stammen en hak de hoeden in kleine stukken.

snijd de tahoe in plakken en de lente-uitjes in stukken van 30 mm.

Giet de kippenbouillon in een diepe pan, voeg de garnalenballetjes en de vissaus toe en breng het geheel aan de kook.

Temper het vuur en laat het geheel 30 minuten sudderen.

Voeg dan de paddestoelen toe en laat het nog 10 minuten koken.

Voeg tenslotte de tahoe en de lente-uitjes toe, roer alles goed door elkaar en laat het nog 2 minuten verder koken.

Giet de soep in een terrine en garneer met de versgehakte korianderbladeren.

Aardappel-garnalensoep met gebakken visblokjes

25 gr boter

1 schoongemaakte en kleingesneden ui

2 theelepels paprikapoeder

750 gr geschilde en in blokjes gesneden aardappelen

7 1/2 dl visbouillon of water

2 dl melk

150 gr geraspte belegen kaas

250 gr gepelde garnalen

zout, peper

750 gr in blokjes gesneden schelvis- of kabeljauwfilet

4 eetlepels bloem

1/2 dl olijf- of zonnebloemolie

Verhit de boter in een pan en fruit hierin de kleingesneden ui 3 minuten. Roer de bloem door het uimengsel.

Voeg de blokjes aardappel en de visbouillon of het water toe en breng het geheel aan de kook.

Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat alles onder nu en dan doorroeren ± 20 minuten zachtjes koken tot de blokjes aardappel volkomen gaar zijn.

Roer de melk, de geraspte kaas en de garnalen door de soep.

Maak de soep op smaak met wat zout en peper en laat haar nog 10 minuten zachtjes koken.

Bak intussen de visblokjes.

Bestrooi de blokjes vis met wat zout en peper en wentel ze door de bloem.

Verhit de olie in een koekepan, bak hierin de visblokjes rondom lichtbruin en laat ze op keukenpapier uitlekken.

Roer de blokjes gebakken vis voorzichtig door de soep en laat alles door en door warm worden.

Serveer deze dikke, gebonden soep als complete maaltijd.

Gekruide soep met garnalen

400 gr verse garnalen

1/2 groene papaya

125 gr aspergebonden

50 gr babymaïs

10 gedroogde rode pepers

4 sjalotten

4 teentjes knoflook

25 mm verse Kha gember aan een stuk

1 dunne plak kurkumawortel

2 theelepels gemalen citroengras

1/2 theelepel gehakte Kaffir limeschil

1 theelepel trassi

1 1/2 liter visbouillon

50 gr palmsuiker

50 ml (1/4 kopje) vissaus

50 ml (1/4 kopje) tamarindewater

1 takje Kaffir limebladeren

Pel 1/3 deel van de garnalen en maal ze met een vleesmolen fijn.

Pel de overige garnalen, maar laat de staarten zitten.

snijd de papaya in kleine dunne strookjes, snijd de aspergebonden en haal de steeltjes van de babymaïs.

Week de gedroogde pepers in warm water tot ze zacht zijn en snijd ze daarna in stukken.

Hak de sjalotten, knoflook, gember en kurkumawortel in stukken, doe ze samen met het citroengras, de limeschil en de trassi in een vijzel en stamp tot een gladde massa ontstaat.

Doe het mengsel met de gehakte garnalen in een mengkom en meng het geheel goed.

Breng de bouillon in een diepe pan aan de kook, roer er het kruidenmengsel door en laat het 2 minuten koken.

Voeg de papaya, bonen en babymaïs toe en breng het op smaak met suiker, vissaus en tamarindewater.

Breng het mengsel opnieuw aan de kook en laat het op matig vuur 5 minuten doorkoken.

Voeg dan de garnalen toe en laat nog 3 minuten koken.

Doe de soep in een terrine en garneer met de limebladeren.

Thaise maaltijdsoep

Kook 1 liter kippenbouillon met 2 theelepels Thaise vissaus (nam pla) en 4 djeroek poeroetblaadjes of een partje limoen 10 minuten op laag vuur.

Kook 2 dl kokosmelk (uit blik) met 125 gr rijstmie en 1 rood pepertje in ringetjes en zonder zaadjes 3-5 minuten mee.

Schep er van het vuur af 100 gr taugé door.

Verdeel 200 gr gerookte kipfilet in dunne plakken over 4 kommen, schep de soep erop en druppel er chili-olie of Maleise roerbakolie over.

Garneer met koriander of peterselie.

Lekker met vooraf een Vietnamese loempia met pittige saus.

Garnalensoep

1 1/2 eetlepel olie

1 grote ui

1 groene peper

een stukje verse gemberwortel van 3 cm

100 gr kleine oesterzwammen

1 3/4 liter kippenbouillon (van tablet)

2 stengels citroengras (of 1 citroenschilletje)

1 1/2 eetlepel wijnazijn
150 gr waterkers
500 gr grote, gepelde gekookte garnalen
zout, peper

Pel de ui en snijd hem fijn.
Halveer de groene peper, verwijder de zaadlijst en hak hem fijn.
Schil de gember en hak hem fijn.
Verhit in een pan de olie en bak de ui, peper en gember ± 5 minuten al omscheppend.
Bak de oesterzwammen ± 2 minuten mee.
Voeg de bouillon, het citroengras en de azijn toe.
Breng de soep aan de kook en laat ± 11 minuten zachtjes koken.
Verwijder intussen de steeltjes van de waterkers en snijd het blad grof.
Voeg de waterkers en de garnalen aan de soep toe en kook ze ± 2 minuten zachtjes mee.
Verwijder het citroengras en breng de soep op smaak met zout en peper.

Garnalensoep II

3 cm verse gemberwortel
1 1/2 eetlepel olie
1 grote fijngesneden ui
1 fijngesneden groene peper, zaadjes verwijderd
100 gr kleine oesterzwammen
1 3/4 liter kippenbouillon (van tablet)
2 stengels sereh (citraengras, toko) of 1 stukje citroenschil
1 1/2 eetlepel wijnazijn
2 zakjes waterkers (á 75 gr), steeltjes verwijderd, blad grof gesneden
350 gr gepelde grote gekookte garnalen
zout, peper

Schil de gember met een dunschiller en snijd hem fijn.
Verhit in een pan de olie.
Bak de ui, peper en gember ± 5 minuten al omscheppend.
Bak de oesterzwammen ± 2 minuten mee.
Voeg de bouillon, sereh en azijn toe.
Breng de soep aan de kook en laat 10-12 minuten zachtjes koken.
Voeg de waterkers en de garnalen aan soep toe en kook ze ± 2 minuten zachtjes mee.
Verwijder de sereh en breng de soep op smaak met zout en peper.

Garnalengumbo

2 eetlepels olie
1 afgestreken eetlepel bloem
3 eetlepels boter
2 uien
1 groene paprika
1/2 blik gepelde tomaten
2 teentjes knoflook
peper, zout
tijm, laurier, cayennepeper
1/2 liter instantkippenbouillon
500 gr gepelde diepzeegarnalen (of scampistaarten)
200 gr langkorrelrijst
2 jonge uien

Klop de olie en de bloem in een pannetje en laat het onder regelmatig roeren zachtjes sudderen.
Pel de uien, hak ze grof en fruit ze 5 minuten in de boter.
Snijd de paprika in stukjes en laat hem mee bakken.
Roer de tomaten en knoflook uit de knijper erdoor en laat het geheel 20 minuten op een zacht vuur stoven.
Kruid met peper, zout, tijm, laurier en cayennepeper.
Voeg de bouillon en de roux toe en laat nog 20 minuten stoven.
Voeg de garnalen toe en laat ze in 5 minuten in de saus gaar worden.
Serveer de garnalen gumbo op een bord drooggekookte rijst en bestrooi met gehakte groene uitjes.

**Chupe de camerones
(garnalensoep uit Peru)
(6 tot 8 personen)**

**2 eetlepels olijfolie
1 gesnipperde ui
4 teentjes knoflook
3 eetlepels tomatensaus
6 koppen visbouillon (van koppen en graten en daarna gezeefd)
1/2 kop groene erwten
1/2 kop jonge maïs
2 grote aardappelen, geschild en in blokjes gesneden
1 theelepel zout
1/4 theelepel chilipoeder
1 theelepel marjolein of oregano
1 pakje roomkaas of kwark (90 gr)
2 koppen melk
24 grote diepvriesgarnalen (ontdooit, gepeld en de rugstreng verwijderd)
4 losgeklopte eieren
6 kleine gebakken visfilets**

Laat de olie heet worden in een soeppot of pan en fruit de ui en knoflook tot ze mooi bruin zijn.

Haal de knoflook eruit.

Voeg de tomatensaus, visbouillon, erwten, maïs, aardappelen, zout, chilipoeder en marjolein (of oregano) toe.

Breng het aan het sudderen en laat het 20 minuten zacht koken.

Klop de roomkaas of kwark tot ze zacht is en doe ze steeds roerend beetje bij beetje bij de soep.

Doe er al roerend de melk bij, breng het zacht aan de kook en voeg de garnalen toe.

Laat het 3 minuten sudderen en neem dan de pot of pan van het vuur.

Roer geleidelijk 2 koppen hete soep bij de losgeklopte eieren.

Giet het eimengsel terug in de soep en laat die al roerend op laag vuur opnieuw heet worden. DE SOEP MAG NIET MEER KOKEN!!!! (Anders gaan de eieren schiften).

Leg een stuk gebakken visfilet in elke soepkom en schep de soep over de vis.

**Hoyoklitosoep
(1 liter, 3-5 personen)**

5 hoyoklito's (een Zuid-Amerikaanse zweefoester, te verkrijgen bij de betere delicatessenzaken)

**1 ui
3 bosjes peterselie
1 liter water
2 sinaasappels
1/2 dl melk
1 eetlepel suiker
2 eiwitten
1/4 ananas
1/2 watermeloen
peper en zout naar smaak**

Ontdoo de hoyoklito's van hun schelp. Dit kan eenvoudig met een lepel en een mes.

Doen ze in een grote soeppan, gevuld met water en laat ze ± 10 minuten koken.

Snijd de ananas en de meloen in kleine blokjes en zet die een half uur in de koelkast.

Pers de sinaasappels uit en voeg het sap aan het kokende water toe.

Klop de eiwitten en vermeng het met 1/4 dl melk.

Vermeng de rest van de melk met de stukjes ananas en watermeloen.

Voeg, als de hoyoklito's gaar zijn, de melk met de ananas en de watermeloen toe.

Voeg ook het eiwit met de melk toe en roer alles goed door.

Laat de soep niet meer koken, om schifting van de melk te voorkomen.

Hak de uien fijn, voeg ze bij de soep en roer ze er goed door.

Laat de soep nu nog 5 minuten op een heel laag vuur staan.

Voeg naar smaak peper en zout (en eventueel wat suiker) toe en garneer de soep met wat peterselie.
U kunt er brood bij geven.

Thaise vissoep met lengfilet

3 bolletjes gember
100 gr shii-take
1 citroen
1 kleine sinaasappel
1 1/2 rode peper
1 ui
4 teentjes knoflook
1 pot visfond (380 ml)
1 pot gevogeltefond (380 ml)
1 theelepeltje oestersaus (Chinese Emperor)
wat verse koriander
4 bosuitjes
4 stukken lengfilet (á ± 120 gr)
zout, peper
200 gr snelkookrijst
2 dl klappermelk (blikje á 165 ml, Nutco)
(1 eetlepel olie om in te vetten)
een ovenschaal (± 20 x 30 cm)
keukenpapier, aluminiumfolie

Snijd de gember in plakjes.

Veeg de shii-take met keukenpapier schoon, snijd de stelen eraf en snijd de hoedjes in reepjes.

Boen de citroen en de sinaasappel onder koud water goed schoon en schil ze (met een dunschiller) heel dun.

Was 1/2 rode peper en snijd hem met de pitjes in stukjes.

Pel de ui en snipper hem grof.

Kneus 2 teentjes knoflook in de schil (met de bolle kant van een eetlepel).

Houd 1 dl visfond achter.

Breng de rest van de visfond, de gevogeltefond, de gember, de shii-takesteeltjes, de citroen- en sinaasappelschil, de stukjes peper, de ui, de knoflook en de oestersaus in een soeppan aan de kook en houd het ± 15 minuten afgedekt zachtjes tegen de kook aan.

Verwarm intussen de oven voor op 175°C of gasovenstand 3.

Neem de korianderblaadjes van de stelen, hak de stelen grof en snijd de blaadjes fijn.

Vet de ovenschaal in.

Was de rode peper, maak hem schoon, verwijder de zaadjes en snijd hem heel fijn.

Pel de knoflook en snijd ze in dunne plakjes.

Maak de bosuitjes schoon en snijd ze in ringetjes.

Leg de vis in de schaal en bestrooi die met zout, peper, de knoflook, de koriander en de helft van de rode peper en bosui.

Schenk er de achtergehouden visfond bij en dek af met aluminiumfolie.

Laat de vis in het midden van de oven in ± 20 minuten gaar worden.

Voeg de korianderstelen aan de bouillon toe, laat ze ± 5 minuten meetrekken en schenk de bouillon dan boven een pan door een zeef.

Voeg de klappermelk toe en breng de bouillon nèt tegen de kook aan (niet laten koken!).

Kook intussen de rijst volgens de gebruiksaanwijzing gaar.

Roer de shii-takereepjes, de rest van de bosuitjes en de rest van de peper door de bouillon.

Leg elke visfilet in een diep bord en schenk de bouillon erover.

Serveer met kommetjes rijst.

Leng: grote kabeljauw

Leng is eigenlijk een soort supergrote kabeljauw.

Met een lengte van zo'n een tot anderhalve meter hoort deze vis tot de grootste in de kabeljauwfamilie.

Leng komt voor in de Atlantische Oceaan bij IJsland en van Noorwegen tot aan Gibraltar.

Lengfilet lijkt ook veel op kabeljauwfilet met mager en mooi wit, vast visvlees en een zachte smaak.

U kunt lengfilet dan ook op dezelfde manieren bereiden als kabeljauwfilet: bakken, stoven en verwerken in ovenschotels.

**Pepra Watra deluxe
(pittige vis-maaltijdsoep)**

**1 moot zalm á 300 gr
1 prei in stukken
1 ui in stukken
1 tomaat in stukken
6 pimentkorrels
1 Madame Jeanette peper*
zout, peper
1 dl witte wijn
250 gr inktvisringetjes
300 gr gekookte mosselen
4 kleine mulfilets
4 ongekookte gamba's
reepjes lente-ui en limoenschil**

Breng de zalm, prei, ui, tomaat, piment, Madame Jeanette, zout, peper, wijn en ± 7 dl water aan de kook en laat dit ± 20 minuten zachtjes trekken.

Zeef daarna de bouillon.

Voeg eerst de inktvis en dan de mosselen aan de bouillon toe.

Verdeel de zalm in stukjes en leg die in de soep.

Verwarm de grill voor op de hoogste stand en grilleer de mulfilets en gamba's ca 4 minuten.

Schep de bouillon in borden en leg de mul en de gamba's erin.

Garneer met lente-ui en limoenschil.

*** Madame Jeanette peper is een zeer hete Westindische pepersoort, waarschijnlijk de heetste peper die er bestaat. Hij is nauw verwant aan de Habanero, een Mexicaanse pepersoort. Madame Jeanette wordt veel gebruikt in de Surinaamse en Antilliaanse keuken, hij is in drie kleuren te koop.**

Kantonese tongsoep

Kantonese gerechten komen oorspronkelijk uit Guangzhou, de grootste stad van de provincie Guangdong, die aan de zuidkant van China ligt. Deze gerechten zijn al bekend vanaf de vroegste geschiedenis van China. Ze bestaan uit een grote diversiteit van licht gekruide gerechten, die uitstekend passen bij de hedendaagse trend van de culinaire kookkunst. Door het toevoegen van nieuwe gerechten en het toepassen van nieuwe kooktechnieken, zijn ze in de loop der jaren sterk ontwikkeld tot een zeer populaire culinaire trend in China. Met behulp van de overzeese Chinezen worden deze gerechten ook in andere delen van de wereld zoals Europa, Amerika en Australië, steeds bekender, geaccepteerd en gewaardeerd.

**400 gr tongfilet
4 eetlepels rijst
3 in smalle repen gesneden stengels bleekselderij
1 grote gesnipperde ui
3 in stukjes gesneden worteltjes
3 fijngesnipperde sjalotjes
1 eetlepel sojasaus (ketjap)
1 eetlepel droge sherry
2 eetlepels olie
6 gedroogde Chinese paddestoelen
1 liter kippenbouillon (van kip getrokken of van bouillonblokjes)**

Was de tongfilets, snijd ze overdwars in vingerbrede repen en snijd deze weer in stukken van 2 cm.

Leg de vis in een kom en giet daar de soja, sherry en olie in.

Schep de vis om en zet de kom afgedekt 2 uur op een koele plaats, maar niet in de koelkast.

Week de paddestoelen in veel water.

Breng de kippenbouillon aan de kook, was de rijst en kook deze 10-15 minuten in de kippenbouillon.

Voeg dan de selderij, ui en wortel toe en laat ± 10 minuten op een laag vuurtje doorpruttelen.

Roer de bouillon om, doe er de stukjes tong bij en zorg ervoor dat de bouillon aan de kook blijft.

Snijd de geweekte paddestoelen in stukken en doe ze in de pan.

Voeg na 5 minuten koken wat vers gemalen peper toe.

Laat de soep nog even doorkoken en breng op smaak met sojasaus, peper en zout.

Serveer de sjalotjes apart bij de soep.

**Met twee onder een hoedje
(2 personen)**

2 dl kippenbouillon

2 dl visbouillon

4 rauwe rivierkreeftjes

1 ei

1 eetlepel erwtjes

1 wortel

20 gr gepelde grijze garnalen

2 plakjes diepvriesbladerdeeg

zout

Breng de kippenbouillon samen met de visbouillon aan de kook.

Trek de staartvin uit de rivierkreeftjes, zodat het darmkanaal is verwijderd.

Kook de kreeftjes ± 2 minuten in de bouillon en haal ze er dan uit.

Breek het ei en bewaar de eierdooier.

Klop het eiwit los en roer dit door de bouillon.

Laat de bouillon afkoelen en giet hem dan door een fijne zeef.

Blancheer de erwtjes in lichtgezouten water.

Schil de wortel, snijd hem in schijfjes, steek er met een uitsteekvormpje hartjes uit en kook die in lichtgezouten water beetgaar.

Vul 2 soepkommetjes met de koude geklaarde bouillon en verdeel er de wortelhartjes, de erwtjes en de garnalen over.

Leg tenslotte in elke kom 2 rivierkreeftjes die elkaar omhelzen.

Bestrijk de randen van de kommetjes met de bewaarde eierdooier en dek ze af met een plakje bladerdeeg.

Druk de zijkanten goed aan en kwast de oppervlakte in met de rest van de eierdooier.

Zet de soepkommen ± 15 minuten in een op 220°C voorverwarmde oven.

De soep is klaar zodra het deeg opgebold en krokant gebakken is.

Krabsoep

3 eetlepels olie

1 gesnipperde ui

1 uitgeperst teentje knoflook

300 gr krabvlees (blik)

3 ontvelde, grofgesneden tomaten

1 eetlepel gemengde gedroogde kruiden, (tijm, marjolein, bieslook)

enkele draadjes saffraan

1 blaadje laurier

zout, peper

1 eetlepel fijngesneden peterselie

Verhit in een grote pan de olie en bak daarin de ui en de knoflook ± 4 minuten zachtjes.

Voeg de krab toe en roerbak ± 2 minuten.

Voeg de tomaat toe en roerbak ± 1 minuut.

Wrijf de kruiden en de saffraan in een vijzel fijn en doe dit met het laurierblad, het krabmengsel en 1 liter water bij soep.

Breng de soep met zout en peper op smaak en laat haar ± 10 minuten onder af en toe roeren zachtjes doorkoken.

Verwijden het laurierblad.

Verdeel de soep over 4 kommen en bestrooi die met peterselie.

Serveer er geroosterd brood bij.

Lekker erbij: rouille

Wrijf 2 teentjes knoflook met 1/2 rood Spaans pepertje fijn. roer er 1 1/2 dl mayonaise door en breng op smaak met zout, peper en een beetje citroensap.

Soep van verse krab met gember

1 wortel, geschraapt en zeer fijn gehakt

1 ui, gepeld en gehakt

1/2 prei, schoongemaakt en gehakt

1 laurierblad

2 verse krabben

1 liter visbouillon

een stuk verse gemberwortel van 2 1/2 cm, geschild en geraspt

1 eetlepel Chinese rijstwijf of droge sherry (naar keuze)

zout, witte peper uit de molen

Voor de garnering:

een takje peterselie

Maak eerst een groentebouillon door de wortel, ui, prei, laurier en een beetje zout in ruim water aan de kook te brengen.

Laat dit op laag vuur even trekken en voeg dan de krabben toe.

Laat levende krab 20 minuten flink doorkoken. Verwarm gekookte krab slechts 10 minuten goed.

Neem de krabben uit het nat, laat ze afkoelen en breek de scharen eraf.

Open ze en neem het vlees eruit.

Doe hetzelfde met de schalen.

Haal alle kraakbeentjes en gekleurde stukjes krab eraf en doe die weg.

Breng de visbouillon aan de kook, voeg de gember, rijstwijf of sherry, wat zout en versgemalen peper toe en doe er de in stukken verdeelde krab

bij.

Schep de soep in verwarmde kommen, garneer met een toefje peterselie en

Dien direct op.

Tip:

Laat de gekookte krab eerst 30 minuten afkoelen voor u ze gaat schoonmaken. Het vlees is dan wat steviger en er gemakkelijker uit te nemen.

De soep kan een dag van tevoren worden bereid, dit komt de smaak alleen maar ten goede.

Velouté van krab

240 gr krab uit blik

30 gr boter

1 eetlepel sjalot

1 theelepel dragon

peper, zout

8 eetlepels Noilly Prat

1 fijngesneden ui

60 gr boter

3 eetlepels bloem

7 1/2 dl warme visfumet

6 dl melk

1 1/2 dl room

2 eierdooiers

Week de krab in koud water, verwijder de harde delen en druk het vocht eruit.

Smelt de boter, voeg de sjalot en de krab toe, strooi er de dragon en peper over en sauteer alles 3 minuten.

Schenk er de vermut bij, laat die tot de helft inkoken en zet het mengsel apart.

Bak de ui in de boter glazig, strooi de bloem erbij en roerbak 2 minuten.

Voeg er van het vuur af de warme bouillon bij.

Laat de soep 20 minuten sudderen en verdun haar met wat melk.

Voeg de krab toe, laat die 3 minuten meesudderen en verdun opnieuw met wat melk.

**Klop de eierdooiers los met de room en schenk dit geleidelijk bij de soep.
Warm de soep goed door, roer er van het vuur af 45 gr boter door en bestrooi met 3 eetlepels fijngesneden peterselie.**

**Krab-waterkerssoep
(4-6 personen)**

**1 1/2 liter kippenbouillon
2 schoongemaakte en zeer fijngesneden lente-uitjes
2 gewassen en gehakte bossen waterkers
zout, zwarte peper uit de molen
1 dessertlepel in wat water opgeloste maïzena
2 eetlepels lichte sojasaus
1-2 theelepels sesamolie
100 gr krabvlees uit blik, uitgelekt, het nat opgevangen en het kraakbeen uit de krab verwijderd**

**Breng de bouillon samen met het nat van de krab aan de kook, voeg de ui en de waterkers toe en laat de waterkers alleen even slinken.
Breng op smaak met zout, peper en sojasaus en bind de soep met de opgeloste maïzena tot ze iets dikker is geworden.
Voeg de krab toe en laat de soep door en door heet worden, maar niet meer koken.
Roer er de sesamolie door en serveer de soep in verwarmde borden of kommen.**

**Visfumet
250 gr visresten
bouquet garni
50 gr uiringen
25 gr fijngesneden champignons
2 dl droge witte wijn
het sap van 1/4 citroen
peperkorrels
1 liter water**

**Breng alle ingrediënten met het water aan de kook en laat 1/2 uur zachtjes koken.
Zeef de bouillon door een kaasdoek.**

**Venkelvelouté met scampi
16 rauwe scampi's (medium)
3 liter gevogeltebouillon
2 venkels
200 gr ui
1 preiwit
3 stengels bleekselderij
boter
2 eetlepels bloem
peper, zout
2 eierdooiers
1 1/2 dl room**

**Pel de scampi (gooi de schalen niet weg), snijd ze in dunne rondjes en houd ze fris.
Breng de gevogeltebouillon aan de kook en voeg de scampischalen toe.
Laat op zacht vuur 10 minuten doorkoken en giet dan door een fijne zeef.
Maak de venkels schoon, snijd de stengels vlak boven de knollen af, bewaar het groen voor de garnering en snijd de venkels in kleine stukken.
Doe hetzelfde met de ui, het preiwit en de selderij.
Smoor de groenten in boter en roer er de bloem door.
Giet er de gevogeltebouillon bij en breng al roerend aan de kook.
Dek de pot gedeeltelijk af en laat de soep gaarkoken.
Mix de soep, giet door een zeef en kruid bij met peper.
Stoof de scampirondjes in boter, breng ze op smaak met peper en zout en laat ze uitlekken.
Roer in een schenkkannetje een liaison van de eierdooiers en de room.**

Giet in elk bord wat soep, leg in het midden wat scampirondjes en versier met venkelgroen.

Giet een straaltje liaison in de soep.

Dien onmiddellijk op.

Houd de rest van de soep, de liaison en wat scampirondjes warm voor een tweede bediening.

Krab en okra gumbo

Een gumbo is een dikke soep gekruid met sassafras, een soort zoethout.

De groente okra (ook wel bamia genoemd) is hier in Nederland verkrijgbaar, maar eventueel te vervangen door sperziebonen.

Met krab wordt vooral zoetwaterkreeft bedoeld, die in Amerika 'crawfish' heet en in de moerassige streek rond de Mississipi voorkomt. Hier is gewone krab gebruikt, die u bij de visman kunt bestellen.

(voor 6-8 personen)

8 gekookte krabbepoten

200 gr gepelde garnalen (450 gr ongepeld)

200 gr rauwe ham

2 eetlepels olie

2 eetlepels bloem

3 plakjes bacon

4 bosuitjes

1 kleine teen knoflook

450 gr okra's

1/2 literblik tomaatblokjes op sap

1/2 laurierblaadje

2 gekneusde pimentkorrels

Haal de krabbepoten leeg en snijd het krabvlees in stukken.

Zoek de garnalen uit en pel ze.

Snijd de rauwe ham in blokjes snijden.

Roer de olie en de bloem samen in een pan en laat dit op het vuur kleuren.

Voeg de baconplakjes en de hamblokjes toe en bak ze even.

Voeg dan de krabstukken en garnalen toe en bak alles goud bruin.

Snipper de bosuitjes, pers het knoflookteentje uit en voeg ze toe.

Voeg in gedeelten 1 1/2 liter (kokend) water toe.

Voeg de gewassen okra's (ze moeten stevig zijn en breken bij het buigen), de tomaten met vocht en de specerijen toe.

Laat de soep onder roeren 1-1 1/2 uur koken, tot het dik wordt, maar wel steeds de pan sluiten.

Breng de soep op smaak en serveer hem met gekookte witte langkorrelrijst, die

naar behoeven kan worden toegevoegd.

Gumbo met krab

200 gr gepelde tomaten

1 dunne prei

2 kleine zeer fijngesnipperde uien

een flinke mespunt tijmblaadjes

1 blik okra (410 gr)

een flinke mespunt cayennepeper

1/2 theelepel paprikapoeder

2 eetlepels ketjap benteng manis

3 kleine laurierblaadjes

8 kleine geschilde aardappelen

1 blikje krab (240 gr)

30 gr boter

worcestershiresaus of aroma

tabasco

zout

een mespunt sassafrasbladpoeder

Snijd de tomaten in dunne plakjes en verwijder het zaad.

Snijd het witte deel van de prei in smalle repen en doe die met de tomaat, de ui en de tijm in de pan.
Snijd de okra in dunne plakken en doe die met de vloeistof uit het blik in de pan.
Leng de cayennepeper, het paprikapoeder en de ketjap met wat water aan tot een glad papje en doe dat met 1 liter kokend water in de pan.
Voeg de laurier toe.
Snijd de aardappelen in niet te dunne plakken en laat die 20 minuten met de andere ingrediënten meekoken.
Neem intussen de harde stukjes en de vliezen uit de krab en verdeel de krab met 2 vorken in kleine stukken.
Verwarm de boter, voeg de krab toe en verwarm deze 5-8 minuten onder geregeld omscheppen op laag vuur.
Doe de krab in de soeppan en proef de soep na 5 minuten zacht doorkoken.
Voeg naar smaak worcestershiresaus, tabasco en zout toe en op het laatste ogenblik het sassafrasbladpoeder.

Dalmatische oestersoep

18 oesters
2 dl water
1 eetlepel citroensap
25 gr boter
1 eetlepel bloem
5 dl visbouillon
1 1/2 dl droge witte wijn
4 sneetjes geroosterd brood
zout

Haal de oesters uit de schelpen.
Breng het water met het citroensap in een pannetje aan de kook en voeg de oesters toe.
Zet het vuur laag en laat de oesters 5 minuten zacht koken.
Haal ze uit het kookvocht en snijd ze in kleine stukjes.
Houd de stukjes oester en het kookvocht apart.
Smelt de boter in een pan en roer er de bloem door.
Voeg onder voortdurend roeren beetje bij beetje de visbouillon, het kookvocht van de oesters en witte wijn toe tot een gebonden soep is ontstaan.
Laat de soep ± 3 minuten zachtjes doorkoken en maak hem op smaak met wat zout.
Verdeel de stukjes oester over 4 soepborden, leg in ieder bord een sneetje geroosterd brood en verdeel de soep over de borden.
Serveer de soep onmiddellijk.

Venusschelpjessoep met madraskerrie

Voor de vissoep:
3 uien
1 selderijtakje
500 gr visgraten
boter
1 kruidenbultje (peterselie, tijm en laurier)
5 peperkorrels
2 preiwitten
2 eetlepels bloem
1 theelepel madraskerrie
1 dl room
peper, zout

Voor de venusschelpen:

600 gr verse venusschelpen
1 ui
1/2 takje selderij
boter
1 dl witte wijn

Voor het garnituur:

1/2 dl room

**Pel voor de visbouillon 1 ui en snipper hem fijn.
Maak de selderij schoon en snijd hem in kleine stukken.
Was de visgraten zorgvuldig.
Smelt een klontje boter en stoof er de selderijstukjes en de uisnippers in.
Voeg er de visgraten, het kruidenbultje en de peperkorrels aan toe, overgiet met 2 liter water en breng aan de kook.
Laat ± 20 minuten zachtjes sudderen en giet de bouillon dan door een zeef.
Pel de overige uien.
Maak de preiwitten schoon en was ze.
Snipper beide groenten fijn.
Smelt een klontje boter en stoof er de prei- en uisnippers in.
Bestrooi met de bloem en de kerrie en laat nog even bakken.
Giet er de gezeefde visbouillon over en laat nog ± 10 minuten sudderen.
Mix de soep fijn en voeg er de room aan toe.
Breng op smaak met peper en zout.
Was intussen de venusschelpen zorgvuldig.
Pel de ui en snipper hem fijn.
Maak het selderijtakje schoon, was het en snijd het in stukken.
Smelt een klontje boter, stoof er de selderij en de ui in en leg er de venusschelpen op.
Voeg de witte wijn toe en laat de schelpen onder gesloten deksel in ± 3 minuten gaar worden.
Haal de zeevruchten uit de schelpen.
Verdeel de soep over 4 kommen en voeg er de venusschelpen aan toe.
Klop de overige room stijf en lepel deze op de soep.
Zet de kommen even onder de grill en dien de soep warm op.**

**Mosselsoep
2 kg mosselen
50 gr boter
1 gesnipperde prei
een gesnipperd stuk winterwortel
5 takjes peterselie en 5 takjes selderij
een snuffje tijm
2 dl witte wijn
20 gr bloem
2 losgeklopte eieren
6 eetlepels room (op kamertemperatuur)
enkele druppels citroensap
cayennepeper naar smaak
versgemalen peper
1 eetlepel gehakte peterselie en kervel**

**Smelt een eetlepel boter in een pan en spreid daarop een bedje van fijngesnipperde prei en de wortel en voeg de takjes peterselie, de takjes selderij en een snuffje tijm toe.
Laat het geheel enkele minuten op laag vuur fruiten en giet er dan 3/4 liter heet water en de wijn bij.
Laat dit een kwartier pruttelen, voeg de schoongeboende mosselen toe en kook deze een kwartier.
Leg een doekje in een zeef en zeef hierdoor de bouillon.
Smelt de resterende boter in een soeppan en roer de bloem erdoor.
Voeg geleidelijk de warme bouillon toe en blijf daarbij, boven laag vuur, steeds goed roeren tot de soep licht bindt.
Roer een dun papje van de losgeklopte eieren, de voorverwarmde room en enkele eetlepels van de soep en roer dit door de rest van de soep.
Laat de soep hierna niet meer koken.
Neem de mosselen uit hun schelp en voeg ze aan de soep toe.
Breng de soep op smaak met citroensap, cayennepeper, royaal peper en gehakte peterselie en kervel.**

**Mosselsoep met bier
400 gr aardappelen
6 bosuitjes**

25 gr boter
2 theelepels (dragon)mosterd
1 1/2 visbouillontablet
2 dl witbier
250 gr gekookte mosselen
zout, (versgemalen) zwarte peper
2 takjes basilicum

Schil en was de aardappelen en snijd ze in blokjes.
Maak de bosuitjes schoon en snijd ze in dunne ringetjes.
Smelt de boter in een pan, schep de aardappel, de mosterd en de helft van de bosui erdoor en laat die \pm 5 minuten afgedekt zachtjes smoren.
Verkruimel er de bouillontabletten boven en voeg 6 dl water en het bier toe.
Breng het geheel aan de kook en kook de aardappelen in nog \pm 7 minuten zachtjes gaar.
Pureer het gerecht met een staafmixer tot een gladde, lichtgebonden soep en roer daar de mosselen en de rest van de bosui door.
Warm de soep nog 3 minuten zachtjes door en breng op smaak met zout en peper.
Snijd de basilicum in dunne reepjes.
Scheep de mosselsoep in 4 diepe borden en strooi de basilicumreepjes erin.
Serveer met stokbrood.

Mosselsoep II
150 gr gekookte mosselen
2 dl water
2 dl witte wijn
1 gesnipperd uitje
2 takjes peterselie
1 kleine winterwortel
2 stengels bleekselderij
1 eetlepel boter
1/4 liter visbouillon
1 eetlepel (koffie)room
1 eidooier
zout, peper
1/2 theelepel kerrie
2 eetlepels gehakte kervel

Verwarm de mosselen \pm 10 minuten in het water met de ui, de peterselie en de wijn.
Snijd de wortel in reepjes en de bleekselderij in boogjes en bak ze zacht in de verhitte boter.
Zeef het mosselnat, vul het met visbouillon tot 7 dl aan, schenk dit bij de groenten en breng aan de kook.
Klop de eidooier met de room en een lepel bouillon los en voeg dit al roerend straalsgewijs aan de soep toe. Laat de soep nu niet meer koken.
Doe de mosselen bij de soep, maak op smaak af met zout en peper en bestrooi met de kervel.

Mosselsoep III
4 eetlepels olijfolie
1 ui
2 teentjes knoflook
1 kleine selderijknol
1 kg mosselen
Versgemalen peper
1 glas witte wijn
een snuifje kerriepoeder
peterselie
200 gr rijst

Snipper de ui en de knoflook fijn en fruit ze in de helft van de olijfolie glazig.
Snijd de selderij fijn en stoof de helft ervan even mee.

Voeg de mosselen toe en kruid met versgemalen peper.

Leg het deksel op de pan en laat 10 minuten koken tot de mosselen geopend zijn (gooi ongeopende mosselen weg).

Haal de mosselen uit de schelp, verwijder de schelpen en giet het mosselvocht door een kaasdoek.

Stoof de rest van de selderij in de rest van de olijfolie en voeg de rijst, het mosselvocht, de witte wijn en 1 liter water toe.

Breng aan de kook en laat de rijst in 15 minuten gaar worden.

Kruid met een beetje kerriepoeder en verwarm de mosselen in de soep.

Bestrooi met gehakte peterselie en dien de soep direct op.

Mosselsoep met prei

1 kg mosselen

2 preien

2 uien

1/2 selderijknol

1/2 liter visbouillon

boter

peper, zout

Stoof de in stukjes gesneden groenten in boter gaar.

Voeg er de mosselen bij en laat ze op hoog vuur openkoken.

Schep de mosselen uit de pan, voeg de bouillon bij het mosselvat en breng aan de kook.

Voeg er de helft van de mosselen (zonder schelp) aan toe.

Mix en zeef de soep, breng op smaak met zout en peper en garneer met de rest van de mosselen.

Serveer de soep zeer heet.

Mosselsoep met saffraan

1 kg mosselen

2 uien

1 tak bladselderij

1/2 liter visbouillon

1 dl room

1 dopje saffraan

boter

peper, zout

Snijd de gepelde uien en de gewassen selderij in grove stukken en fruit ze in boter.

Voeg er de mosselen bij en laat ze op hoog vuur openkoken.

Schep de mosselen uit de pan en haal ze uit de schelp.

Zeef het mosselvocht, voeg de saffraan en de visbouillon toe en breng aan de kook.

Voeg er de helft van de mosselen bij en mix.

Breng de soep op smaak met peper en zout, garneer met de rest van de mosselen en verwarm de soep nog even.

blokjes gepelde tomaat en snippers dille en bieslook geven de soep meer kleur.

Mosselsoep met Pernod

(6 personen)

1 1/2 kg verse mosselen

de geraspte schil van 1 limoen

1 laurierblad

3 takjes tijm

1 takje rozemarijn

1 bosje gladde peterselie

1 theelepel venkelzaadjes

100 gr wortelen

150 gr aardappelen

200 gr uien

2 teentjes knoflook

1 rood pepertje
2 eetlepels olijfolie
8 dl gevogeltesfond
3 eierdooiers
2-3 eetlepels Pernod
versgemalen witte peper, zout, cayennepeper
1 bosje bieslook

Spoel de mosselen met koud water en doe ze met aanhangend water in een grote pan. Doe er de limoenschil, het laurierblad, de tijm, rozemarijn, peterselie en venkelzaadjes bij en laat de mosselen op hoog vuur en in een gesloten pan 3-4 minuten koken tot de schelpen opengaan (schud ze af en toe op).

Laat de mosselen daarna afkoelen.

Schil de wortelen en de aardappelen, pel de uien en de knoflook, was het rode pepertje en snijd alles fijn.

Fruit 5 minuten in de hete olijfolie aan en roer af en toe om.

Blus af met het gevogeltesfond, sluit de pan en laat de soep op middelhoog vuur 15 minuten koken.

Maak de soep dan met een mixer fijn.

Haal de mosselen uit de schelp en giet het kookvocht door een zeef bij de soep.

Meng de eierdooiers met de Pernod en 2 eetlepels van de soep en roer dit mengsel met een garde door de soep (laat niet meer koken!).

Doe de mosselen in de soep en warm nog even door.

Breng de soep op smaak met peper, zout en wat cayennepeper.

Snijd het bieslook in ringetjes en strooi die in de soep.

Mosselsoep met bockbier

1 kg mosselen
1 gesneden prei
1 gesnipperde ui
1/2 geschilde fijngesneden selderijknol
5 dl visbouillon
2 1/2 dl room
2 1/2 dl crème fraîche
500 gr paddestoelen
olie
1/2 flesje bockbier

Spoel de mosselen onder koud stromend water goed schoon.

Snijd de prei, ui en selderijknol in stukjes en smoor die in de olie.

Giet het bockbier erbij en maak het goed heet.

Voeg de mosselen toe en kook ze in een gesloten pan, tot de schelpen goed openstaan.

Schud ze af en toe om.

Haal de mosselen uit de schelpen.

Voeg de visbouillon en de crème fraîche bij het kookvocht en laat dit tot de gewenste dikte inkoken.

Was de paddestoelen, snijd ze in plakjes en bak ze kort in olie.

Doe ze met de mosselen bij de soep en voeg naar smaak zout toe.

Mosselsoep met knoflook

80 gr ijskoude boter
3 teentjes knoflook
1 envelopje saffraan
4 dl kant-en-klare visfond
2 sneetjes witbrood
zout, versgemalen zwarte peper
1-2 eetlepels droge sherry
200 gr mosselen (eventueel diepvries)
1 pakje gemengde kruiden (diepvries)
eventueel verse kruiden om te garneren

Verwarm 30 gr boter in een grote pan tot ze schuimt.

Pel de knoflook, pers 1 teentje in het vet en roer er de saffraan door.

Blus met visfond, giet er nog 3 dl water bij en breng de soep aan de kook.

Verhit 20 gr boter in een koekepan tot ze schuimt en pers er de 2 overige teentjes knoflook door de knijper in.
Snijd het brood in dobbelsteentjes, bak die in de hete boter goudbruin en zet ze apart.
Breng de soep op smaak met zout, peper en sherry.
Draai het vuur lager, snijd de rest van de koude boter in kleine stukjes en klop die beetje bij beetje door de soep.
Zet er de mixer in.
Laat de ontdooide mosselen goed uitlekken, doe ze, samen met de diepgevroren kruiden, in de soep en warm even door.
Verdeel de soep over 4 borden en bestrooi met de croûtons.

Mossel-scampi-roomsoep

1 liter visbouillon (van tablet)
1/2 kg mosselen
2 1/2 dl kookvocht van de mosselen
200 gr scampi
1 dl witte wijn
2 takjes selderij
1 enveloppe saffraandraadjes
4 eierdooiers
2 dl room
4 dikke sneden stokbrood
4 plakjes Loo (Belgische kaas)
enkele plukjes kervel

Was de mosselen grondig en kook ze in een weinig water gaar.
Haal ze uit de schelpen en houd ze apart.
Zet 2 1/2 dl kookvocht apart.
Was de selderij en snijd ze in dunne reepjes.
Verwarm de visbouillon met het mosselkookvocht, doe er de witte wijn en de selderij bij en laat even doorkoken.
Week de saffraandraadjes in water en voeg ze bij de bouillon.
Doe er de mosselen en de scampi bij en warm even door.
Klop de eierdooiers met de room los, haal de bouillon van het vuur en roer er de liaison door.
Garneer de soep met plukjes kervel.
Beleg het stokbrood met plakjes kaas en zet ze even onder de hete grill tot de kaas is gesmolten.
Serveer het brood bij de soep.

Romige mosselsoep

1 ui
1 kg mosselen
1 theelepel tijm
1 laurierblad
4 dl cider (Grand Cadille)
500 gr prei
20 gr boter
1 1/2 eetlepel bloem
2 dl Room Culinair
1 1/2 eetlepel mosterd
cayennepeper
peper, zout
2 eetlepels fijngehakte peterselie

Pel en snipper de ui.

Was de mosselen, verwijder de kapotte en controleer de open mosselen.
Doe de mosselen met de ui, de tijm, het laurierblad en de cider in een (mossel)pan en schep het goed om.
Breng het aan de kook en kook de mosselen met het deksel op de pan ± 5 minuten tot ze allemaal open zijn.
Neem ze uit de pan en zeef het kookvocht.
Houd 12 hele mosselen apart en neem de rest uit de schelp.
Maak de prei schoon en snijd hem in ringen.

Verhit de boter en bak de prei al omscheppend 5 minuten.
Strooi de bloem erover en fruit alles op laag vuur 1 minuut.
Schenk er beetje bij beetje het kookvocht bij en breng het al roerend aan de kook.
Voeg de Room Culinair en de mosterd toe en breng het weer aan de kook.
Laat alles op laag vuur koken tot een lichtgebonden soep.
Breng op smaak met cayennepeper, peper en zout.
Verwarm de mosselen even mee en verdeel de soep over 4 borden.
Garneer met de mosselen in de schelp en de peterselie.
Serveer met driehoekjes geroosterd brood.

Zalmsoep met ei

1 blikje tomatencrèmesoep
1 ui
boter
1 blikje zalm
3 hardgekookte eieren
1 bekertje crème fraîche
2 eetlepels sherry
dille

Bereid de soep volgens de gebruiksaanwijzing en breng hem aan de kook.
Snipper de ui en fruit hem zachtjes in wat boter.
Ontdoe de zalm van velletjes en graten, wrijf hem fijn en doe hem bij de ui.
Roer even goed.
Hak 2 eieren fijn, wrijf ze door een zeef en roer ze bij de zalm.
Roer de crème fraîche erbij en roer dit mengsel bij de tomatensoep.
Verwarm de soep al roerend, maar laat hem niet koken.
Breng op smaak met de sherry en wat dille.
Verdeel de soep over diepe borden en garneer met plakjes van het achtergehouden ei.

Zalm-crèmesoep

35 gr boter
1 ui, schoongemaakt en kleingesneden
1 teentje knoflook, uitgeperst
35 gr bloem
9 dl vis- of groentebouillon
1 eetlepel tomatenpuree
200 gr zalm uit blik, uitgelekt, van de graten ontdaan en in kleine stukjes verdeeld
1 dl droge witte wijn
1/2 dl slagroom
zout, peper
1 eetlepel fijngehakte peterselie

Verhit de boter in een pan en fruit hierin de ui en knoflook 3 minuten.
Roer de bloem door het ui-knoflookmengsel.
Voeg onder voortdurend roeren beetje bij beetje de bouillon toe tot een gebonden soep is ontstaan.
Roer de tomatenpuree door de soep.
Zet het vuur laag en laat alles 4 minuten zachtjes koken.
Voeg de zalm, witte wijn en slagroom aan de soep toe en laat het geheel door en door warm worden.
Maak de soep op smaak met wat peper en zout.
Serveer de soep bestrooid met fijngehakte peterselie.

Variatie:

Vervang de zalm door tonijn uit blik.
Garneer de soep nog met enkele gepelde garnalen of enkele uit de schelp genomen mosselen.

Geef bij deze zeer fijne soep een lichtgeroosterd sneetje stokbrood.

Zalm-fluweelsoep

250 gr verse zalmfilet
2 dl droge witte wijn
1 1/2 dl visbouillon
boter
zout
1 appel (Golden Delicious of Jonagold)
1 ui
1 koffielepel milde kerriepoeder
30 gr bloem
2 eierdooiers
1/4 liter room
1/4 bosje kervel

Verwijder de overtollige zalmgraatjes met een tangetje of een pincetje en snijd de zalm in blokjes van 1 1/2 cm.

Smelt in een lage platte pan een klontje boter en voeg er de zalmblokjes, 1 dl witte wijn en 2 dl visbouillon bij.

Breng dit mengsel aan de kook (laat niet doorkoken, maar alleen pocheren).

Kruid met wat zout en laat de zalmblokjes in deze jus rusten.

Schil de appel, snijd het klokhuis weg en snipper hem fijn, zonder te hakken.

Snipper ook de ui fijn en stoof hem op laag vuur in een klontje boter, maar laat niet kleuren.

Voeg er de gesnipperde appel bij en let erop dat deze niet bruin wordt.

Bestrooi alles met 1/2 koffielepel kerriepoeder.

Meng de bloem erbij en laat die wat drogen.

Voeg al roerend de rest van de wijn en de visbouillon toe en kook alles op matig vuur op.

Laat nog ± 15 minuten doorkoken, roer af en toe en controleer de smaak.

Als u een sterkere smaak wenst, kunt u nog wat kerriepoeder toevoegen.

Mix de soep fijn en zeef haar.

Vermeng de room met de eierdooiers en haal deze 'liaison' door de soep.

Warm de zalmblokjes even op en schik 3/4 ervan in diepe borden.

Doe de zalmbouillon bij de soep en serveer de soep op de zalmblokjes, maar zorg ervoor dat deze nog zichtbaar blijven.

Werk de randen van de borden met enkele plukjes verse kervel af.

Dien de rest van de soep op in een mooie soepterrine, gegarneerd met de rest van de zalmblokjes..

Mierikswortelsoep met gerookte zalm en forel
(3-4 personen)

1/2 liter room
1/2 liter kippenbouillon
Geraspte mierikswortel
zout, peper
150 gr gerookte zalm
150 gr gerookte forel
bieslook

Snijd de zalm en de forel in snippers en verdeel die over de borden.

Breng de kippenbouillon aan de kook, laat hem even afkoelen en voeg onder voortdurend roeren de room toe.

Voeg enkele theelepels geraspte mierikswortel (minstens 2 of naar smaak meer) en zout en peper toe en laat de soep op laag vuur enkele minuten doorkoken.

Verdeel de soep over de borden en snipper wat verse bieslook over.

Avocado-soep met gerookte zalm
3 rijpe avocado's
het sap van 1/2 citroen
4 dl kippenbouillon
1 dl slankroom
1 dl droge (alcoholvrije) witte wijn
zout, peper, cayennepeper
100 gr gerookte zalm

verse dille

Schil de avocado's, ontpit ze en pureer ze op 1 helft na met het citroensap. Meng de ontvette bouillon, met de slankroom en de wijn erdoor, roer glad en verwarm het al roerend.

Breng de soep op smaak met zout, peper en een snuf cayennepeper.

Snijd de halve avocado in blokjes en de gerookte zalm in reepjes en knip verse dille af.

Verdeel de avocadoblokjes over de borden, schep de hete soep erop, leg er wat zalm in en strooi er dille over.

Erwtensoep met zalm en croûtons

2 uien

50 gr boter

375 gr aardappelen

300 gr groene erwten uit diepvries

3/4 liter groentebouillon (blokje)

zout, peper, nootmuskaat

200 gr verse zalm

125 gr gerookte zalm in plakjes

1 bosje bieslook

croûtons

Pel en hak uien en fruit ze in de verhitte boter goudgeel.

Schil de aardappelen, snijd ze in 1 cm grote blokjes, voeg ze met de ontdooide erwten aan de uien toe en giet de bouillon erbij.

Breng de soep met zout en peper op smaak en 20 laat haar minuten zachtjes pruttelen.

Pureer de groenten en breng ze met nootmuskaat op smaak.

Snijd de verse zalm in 2 cm dikke en 4 cm lange stukken, kruid ze met peper, wikkel ze in de gerookte zalm, bind er met bieslook om en laat ze 10 minuten in de soep trekken (laat niet koken!)

Bestrooi de soep met bieslook en serveer haar met croûtons.

Romige kaassoep met ham

1 ui

150 gr schouderham

4 takjes peterselie

2 eieren

1 dl koffieroom

1 bouillontablet

2 eetlepels aardappelmeel

100 gr geraspte belegen kaas

1/2 theelepel tijm

1/2 theelepel kerriepoeder

zout, peper

Pel en snipper de ui fijn.

Snijd de ham in kleine stukjes.

Knip de peterselie fijn.

Klop in een kom de eieren en de koffiemelk door elkaar.

Breng 1 liter water met het bouillontablet aan de kook.

Roer het aardappelmeel met 2 eetlepels water tot een glad papje en voeg het papje al roerend aan de hete bouillon toe.

Roer er de ui, de ham en de kaas door en laat de soep, onder af en toe roeren, nog 5 minuten zachtjes koken tot de kaas is opgelost.

Roer 6 eetlepels hete soep door het eimengsel en voeg dit al roerend aan de hete soep toe.

Breng op smaak met tijm, kerrie, zout en peper en roer de peterselie erdoor.

Soep met Epoisses-kaas

(± 6 personen)

200 gr Epoisses de Bourgogne

**100 gr verse room
3 eidooiers
2 eetlepels bloem
2 knoflookteentjes
zout, peper
2 liter vleesbouillon
2 kleine glazen droge witte wijn
gehakte peterselie**

**Laat de kaas smelten en vermeng hem met de wijn, de room en de eidooiers.
Voeg de bloem, de geplette knoflook en de kruiden toe.
Leng vervolgens aan met 1/4 liter bouillon en verwarm het geheel al roerend op een laag vuurtje.
Giet er, zodra het mengsel kookt, de rest van de bouillon bij.
Verwarm opnieuw en bestrooi de soep vlak voor het opdienen naar smaak met zout, peper en de gehakte peterselie.**

Tomaten- tortellinisoep met pesto

**1 courgette
1 prei
1 ui
1/2 liter gezeefde tomaten
2 bouillontabletten
2 laurierbladeren
150 gr tortellini met kaas
250 gr gehakt
3 eetlepels koffieroom
2 eetlepels pesto (basilicumsaus)
50 gr geraspte Pardano of oude kaas**

**Snijd de courgette in blokjes en de prei in smalle ringen.
pel en snipper de ui.
Verdun de gezeefde tomaten met 1 liter water en breng dit aan de kook.
Voeg de bouillontabletten, laurierbladeren, ui, courgette, prei en de tortellini toe en kook alles in 12-15 minuten gaar.
Meng het gehakt met 1 lepel koffieroom, zout en peper, draai er kleine balletjes van en kook die de laatste 5 minuten mee gaar.
Roer de pesto door de soep, voeg naar smaak zout en peper toe en roer er de room door.
Strooi aan tafel de geraspte kaas over de soep.
Lekker met ciabatta of stokbrood.
Wilt u meer tortellini aan de soep toevoegen, kook deze dan apart gaar en voeg ze pas gaar aan de soep toe, anders wordt de soep teveel gebonden.**

Variatie:

**Voeg geen prei en ui toe.
Vervang de gezeefde tomaten door 1 fles Sugocasa, verdun deze met water tot 1 1/2 liter.
Vervang de laurierbladeren door 2 eetlepels gedroogde basilicum, gebruik groene met ricotta gevulde tortellini.
Roer tot slot 3 (ontvelde) in blokjes gesneden tomaten bij de soep.
Voeg geen soepballetjes toe, maar serveer bij de soep blokjes mozzarella (per persoon een half bolletje).**

**Tortellinisoep
(2 personen)**

**100 gr tortellini
100 gr rauwe ham
1 groene paprika
1 kleine ui
boter
tijn
1 vleesbouillontablet
4 eetlepels tomatenketchup**

8 dl water
2 takjes peterselie

Snipper de ui en fruit hem in wat boter glazig.
Voeg er de in stukjes gesneden ham en paprika bij en bak die ± 3 minuten mee.
Voeg dan in één keer het water met het bouillontablet, de tomatenketchup en tijm toe en breng het geheel aan de kook.
Voeg de tortellini toe en laat het geheel koken tot de tortellini gaar is (± 12 minuten).
Voeg op het laatst wat fijngesneden peterselie toe.
Serveer de soep met stokbrood en kruidenboter.

Portugese koolsoep met penne

1 ui
2 teentjes knoflook
100 gr magere spekblokjes
3 eetlepels olie
750 gr aardappelen
3 bouillontabletten
1 struik paksoi
100 gr penne of elleboogjes
200 gr chorizoworst aan een stukje
peper, zout

Pel en snipper de ui en de knoflook.
Bak de spekblokjes in de olie krokant en bak de ui en de knoflook even mee.
Schil de aardappelen, snijd ze in blokjes, breng ze in 2 liter water met de bouillontabletten aan de kook en kook ze 25 minuten.
Snijd de kool (ook de bladnerf en de aanzet) in ragfijne repen en voeg die na 10 minuten met de penne toe.
Haal het vel van de worst, snijd de worst in plakjes, voeg die de laatste 5 minuten toe en breng de soep met peper en zout op smaak.
Lekker met boerenbrood.

Variatie:

Gebruik rookworst i.p.v. chorizo en voorgekookte boerenkool i.p.v. paksoy.
Voeg boterbonen (uit blik, met het vocht) toe.

Pastasoep met groenten en kruiden

100 gr pasta (farfalle = strikjes)
zout, peper
40 gr boter
1 prei in dunne ringen
1 wortel in plakjes
2 stengels bleekselderij in plakjes
1 fijngesneden teentje knoflook
1 blik tomaatblokjes (à 4 dl)
7 dl kippenbouillon (van tablet)
1 blaadje laurier
1 eetlepel fijngesneden marjolein
4 eetlepels grof geraspte Parmezaanse kaas
2 eetlepels hele kleine basilicumblaadjes

Kook de pasta in ruim kokend water met zout volgens de gebruiksaanwijzing beetgaar.
Verhit de boter en bak de prei, wortel, bleekselderij en knoflook ± 5 minuten.
Voeg de tomaatblokjes, bouillon, laurier en marjolein toe, breng de soep aan de kook en laat de soep op zacht vuur ± 30 minuten koken.
Verwijder de laurier.
Pureer de soep en zeef de puree boven een schone pan.
Voeg de pasta aan de soep toe en verwarm de soep nog ± 3 minuten.
Breng met zout en peper op smaak en strooi er voor het serveren de Parmezaanse kaas en de basilicum over.
Lekker met bruschetta: geroosterd stokbrood, bestreken met knoflook en olijfolie en bestrooid met grof zeezout.

Groentebouillon met vlindertjes

Voor het deeg:

200 gr volkoren tarwemeel

3 eieren

1 eetlepel olie

zout

extra bloem om uit te rollen

Voor de soep:

2 preien

2 wortelen

2 stengels bleekselderij

2 blaadjes laurier

1 takje tijm

1 bosje peterselie

2 sjalotjes

2 teentjes knoflook

50 gr boter

peper, zout, cayennepeper

worcestershiresaus

100 gr champignons

het sap van 1/4 citroen

100 gr jonge uitjes

kerveltopjes voor de garnering

Stort de bloem op een werkvlak, maak er een kuiltje in, breek de eieren erin, bestrooi met zout, giet de olie erbij en kneed alles tot een glad deeg.

Bestuif het met bloem, wikkel het in vershoudfolie en laat het 1 uur in de koelkast rusten.

Maak de prei, de wortelen en de selderij schoon, was ze en snijd ze in blokjes.

Maak een kruidenbultje van de tijm, laurier en peterselie.

Snijd de sjalotjes en de knoflook fijn en fruit ze in de hete boter glazig.

Voeg de groenten toe en stoof ze al roerend even aan.

Giet er 1 liter water bij, breng de soep met het kruidenbultje aan de kook en laat 30 minuten zachtjes koken.

Giet de soep door een zeef en kruid met peper, zout, cayennepeper en worcestershiresaus.

Rol het deeg in enkele keren door de pastamachine uit en steek er op een met bloem bestoven werkvlak gekartelde rondjes uit.

Bestrijk de rondjes in het midden met wat water en knijp ze dicht, zodat u vlindertjes krijgt en laat die in een pastazeef drogen.

Maak de champignons schoon, snijd ze in plakjes en bedruppel ze met citroensap om verkleuren te voorkomen.

Snijd de jonge uitjes in stukjes.

Breng de soep weer aan de kook en laat de champignons erin gaar worden.

Klop de overtollige bloem van de farfalle en laat ze 5 minuten meekoken.

Garneer met jonge uitjes en plukjes kervel.

Pastasoep met basilicumsaus

1 erwtensoeppakket

1 rode paprika

2 eetlepels olijfolie

1 teentje knoflook

1 blikje tomatenpuree (± 70 gr)

3 groentebouillontabletten

150 gr schelpmacaroni

1 blikje witte bonen in tomatensaus (Bonduelle, 200 gr)

versgemalen peper

3 eetlepels pesto (basilicum pasta, potje)

Snijd de groenten uit het pakket en de paprika in kleine stukjes.

Verhit in een pan de olie en bak de groenten en de paprika zachtjes ± 5 minuten.

Pers de knoflook erboven uit, roer er de tomatenpuree door, voeg 1 1/2 liter water en de bouillontabletten toe en breng de soep aan de kook.

**Voeg de macaroni toe en laat de soep ± 15 minuten zachtjes koken.
Roer de witte bonen erdoor en laat nog ± 3 minuten koken.
Breng op smaak met peper.
Roer er aan tafel de pesto door.**

Macaroni-tomatensoep

**250 gr poelet
50 gr boter
1 ui
1 1/2 liter water
3 bouillontabletten
1/4 literpot witte bonen
4 flinke tomaten
150 gr macaroni
1 grote prei
selderijblad
geraspte kaas
stokbrood**

**Bak de poelet in de hete boter aan, zodat het vlees aan alle kanten bruin is.
Voeg de kleingesneden ui toe en bak die even mee.
Schenk het water erop, voeg de bouillontabletten toe en laat het vlees 45 minuten trekken.
Voeg de witte bonen en de macaroni toe en kook het geheel 5 minuten zachtjes door.
Ontvel de tomaten en snijd ze in grove stukken.
Verdeel de prei in plakjes en doe de groenten in de soep.
Kook het geheel nog 5 minuten en dien de soep op met veel kleingesneden selderijblad.
Serveer de soep met geraspte kaas en vers stokbrood.**

Macaroni-mosselsoep

**1 zak mosselen
250 gr grof gesneden soepgroente
1 teentje knoflook
1 ui
2 glazen droge witte wijn
5 witte peperkorrels
1/2 liter water
1 bouillontablet
100 gr (groene) macaroni
peper, zout, peterselie**

**Was de mosselen en verwijder de openstaande exemplaren.
Doe ze in een grote pan met elke keer een laagje soepgroente, gesnipperde knoflook en ui tussen de schelpen.
Schenk de wijn erop en voeg de peperkorrels toe.
Breng het geheel aan de kook en laat de schelpen opengaan.
Haal de mosselen uit de schelpen en houd er 12 met schelp achter.
Voeg het water en de bouillontablet toe.
Breng het vocht opnieuw aan de kook, doe de macaroni erbij en laat die in 7 minuten gaar worden.
Voeg de mosselen weer toe, warm de soep even door en maak hem af met peper, zout, kleingesneden peterselie en de achtergehouden mosselen met schelp.**

Venkel- vissoep met schelpjesmacaroni

**1 grote venkelknol met groen
40 gr boter
40 gr bloem
1 pot visfond of 3 visbouillon-tabletten
1 glas witte wijn
1/4 liter melk
100 gr kleine schelpjesmacaroni
300 gr koolvisfilet
100 gr garnalen
100 gr gekookte mosselen**

(1-2 eetlepels Pernod)

Snipper de venkel (bewaar het groen, verwijder de harde kern).

Smelt de boter, roer de bloem erdoor en laat het mengsel 1 minuut pruttelen.

Roer er in delen 1/2 liter water bij en breng het steeds aan de kook.

Voeg visbouillon van 1/2 liter water en de visfond of 1 liter water en de bouillontabletten toe en breng de soep aan de kook.

Voeg de wijn, de melk, de venkel en de pasta toe en laat de soep 15 minuten zachtjes koken.

Snijd de visfilet in stukjes en voeg die na 10 minuten met de garnalen en de mosselen toe.

Breng de soep met zout en peper op smaak en strooi er tot slot het venkelgroen over.

Schenk voor de liefhebbers een scheutje Pernod in de borden.

Lekker met geroosterd brood.

Variatie:

Kook aardappelen (750 gr afkokers) en 1 fijngesneden prei in 1 liter visbouillon gaar en pureer ze.

Voeg een glas wijn, 1/4 liter melk, 250 gr wortelplakjes en 100 gr pastaschelpjes toe en kook alles in 15 minuten gaar.

Kook de laatste 5 minuten gemengde visstukjes (samen 300 gr) mee.

Breng de soep met zout, peper en mosterd op smaak en bestrooi haar tot slot met dillegroen.

Knoflooksoep met pastaschelpjes

3 teentjes knoflook

8 sneetjes oud bruin casinobrood

3 eetlepels olijfolie

8 dl runderbouillon

1 eetlepel paprikapoeder

150 gr schelpjesmacaroni (Honig)

peper, zout

4 eetlepels grofgehakt korianderblad

Pel de teentjes knoflook.

Snijd de korstjes van het casinobrood en snijd de sneetjes in kleine dobbelsteentjes (van ± 1 x 1 cm).

Verhit de olie in een soeppan en fruit hierin de hele teentjes knoflook in ± 5 minuten goudbruin.

Neem de knoflook uit de pan en bewaar de olie.

Prak de teentjes knoflook met een vork fijn.

Breng de bouillon in de soeppan met de olie aan de kook.

Voeg dan de fijngeprakte knoflook, het paprikapoeder en de schelpjesmacaroni toe en kook ze volgens de aanwijzingen op de verpakking beetgaar.

Breng de soep op smaak met wat peper en zout.

Verdeel de dobbelsteentjes brood over 4 borden en schep de soep erover.

Hak het korianderblad fijn en garneer de soep ermee.

Noedelsoep met garnalen

Verhit in een soeppan 2 eetlepels zonnebloemolie en bak daarin 2 in ringen gesneden bosuitjes, 1 theelepeltje gemberpoeder en 1 groen pepertje in ringen zachtjes 5 minuten.

Voeg 1 liter visbouillon en het sap en de rasp van 1 limoen toe en kook onafgedekt 15 minuten.

Voeg 100 gr fijne rijst- of eiermie en 400 gr gepelde grote garnalen toe en kook nog 2 minuten.

Verdeel de soep over 4 borden en garneer met koriander.

Uiensoep met ravioli

750 gr uien

2-3 teentjes knoflook

500 gr aardappelen

4 eetlepels olie

1 glas witte wijn of sherry

1 pot rundvleesbouillon met vlees

150 gr gehakt
2 eetlepels koffiemelk
150 gr geraspte oude kaas
zout, peper
125 gr ravioli
2 eetlepels gesnipperde peterselie

Snijd de uien in halve ringen.
Pel en snipper de knoflook.
Schil de aardappelen en snijd ze in blokjes van 2 cm.
Verhit de olie en fruit hierin de ui, de knoflook en de aardappelen minuten.
Pureer het mengsel met een staafmixer.
Voeg de wijn en de volgens voorschrift verdunde bouillon met vlees toe en breng de soep aan de kook.
Maak het gehakt aan met de koffiemelk, de helft van de kaas en zout en peper en draai hier kleine balletjes van.
Voeg de gehaktballetjes en de ravioli toe en laat 20 minuten zacht koken.
Breng de soep met zout en peper op smaak en roer er de peterselie door.
Strooi er aan tafel de rest van de kaas over.

Variatie:
Pureer de soep niet.
Fruit met de ui rode paprikastukjes mee.
Voeg geen gehaktballetjes toe, maar 100 gr hamblokjes en 100 gr oude kaasblokjes.
Serveer de soep direct, met geraspte oude kaas.

Lamsvlessoep met vermicelli
1 ui
400 gr lamsboutplakken
3 eetlepels olie
1 theelepel gemberpoeder
1/2-1 theelepel zwarte peper
2 vleesbouillontabletten
1 blikje gepelde tomaten
vers selderijgroen
vers koriandergroen
100 gr bruine linzen
1/2 of 1 kleine knolselderij, 250 gr
1 prei
75 gr fijne vermicelli
3 eetlepels maïzena

Snipper de ui en snijd het vlees in stukjes.
Verhit de olie en bak het vlees even rondom.
Voeg de ui en de specerijen toe en bak ze kort mee.
Voeg de bouillontabletten met 2 liter water toe en breng de soep aan de kook.
Snijd de tomaten fijn, knip ± 3 eetlepels van de kruiden fijn, roer die met de (gespoelde) linzen bij de soep en laat 1/2 uur zachtjes pruttelen.
Schil intussen de knolselderij, snijd hem in dunne plakken en snijd deze in reepjes.
Snijd de prei in smalle ringen.
Voeg de groenten na 15 minuten en de vermicelli weer 5 minuten later aan de soep toe.
Bind de soep bij met een glad papje van maïzena met water en breng op smaak.

Variatie:
Vervang de knolselderij door 500 gr winterwortel en kook in de soep 100 gr gedroogde en fijngesneden abrikozen mee.
Vervang de peper door 1 eetlepel garam masala of kerriepoeder.

Groente-kippensoep met pasta
1 kg kipkarbonades
1 kippenbouillontablet
1 ui
2 laurierbladeren
verse peterselie

een stukje foelie
500 gr waspeen
3 stengels bleekselderij
125 gr korte pasta (bijvoorbeeld gnocchetti, vermicelli of elleboogjes)
eventueel 50 gr geraspte kaas

Breng de kip met 1 1/2 liter water aan de kook.
Voeg het bouillontablet, de gesnipperde ui en een samengebonden bundeltje van laurierbladeren, takjes peterselie en foelie toe.
Laat de soep zachtjes 3/4-1 uur trekken.
Maak intussen de groenten schoon, snijd de worteltjes in dunne plakken en de bleekselderij in smalle ringen.
Haal de kip en het kruidenbundeltje uit de soep.
Kook de groenten en de pasta in ± 10 minuten in de bouillon gaar.
Haal de kip van het bot af, snijd het vlees fijn en haal het met de gesnipperde peterselie bij de soep.
Breng de soep met zout en peper op smaak.
Strooi aan tafel kaas over de soep en serveer er stokbrood bij.

Variatie: Vervang bleekselderij door roosjes van 1/2 bloemkool en 2 in blokjes gesneden aardappelen.

Roer er 1 blik boterbonen bij.

Voor een sneller resultaat kunt u uitgaan van een grote pot bouillon met extra veel kippevlees.

Noedelsoep

Kook 200 gr udon (of andere tarwenoedels) ± 10 minuten in ruim kokend water en laat ze uitlekken.

Bak 100 gr kipgehakt in 1/2 eetlepel olie rul.

Voeg 150 gr wortel en 100 gr rettich in dunne plakjes toe en bak die ± 4 minuten mee.

Voeg 1/2 liter kippenbouillon, 3 eetlepels Japanse sojasaus en 3 eetlepels mirin (rijstwijjn) toe en breng de soep aan de kook.

Kook 75 gr in reepjes gesneden shii-take en 150 gr reepjes kipfilet ± 4 minuten mee.

Verdeel de noedels over 4 soepkommen, schenk de soep erop en garneer met 2 in ringen gesneden lente-uitjes.

Noedelsoep wordt altijd met stokjes en een lepel geserveerd. Stokjes om de vaste bestanddelen mee te pakken en de lepel voor het vloeibare gedeelte.

Noedelsoep met kip en paksoi

Marineer 350 gr kipfilets 30 minuten in 1 dl teriyaki-marinade en grilleer ze dan 10 minuten aan beide kanten.

Bak 200 gr oesterzwamreepjes in 2 eetlepels roerbakolie, voeg 1 liter kippenbouillon toe en laat 10 minuten trekken.

Snijd 1 paksoi in repen en voeg die bij de soep.

Kook 250 gr udon (Japanse pasta) volgens de aanwijzingen op de verpakking gaar.

Snipper 3 bosuities en 1 rood pepertje en voeg dit met 150 gr taugé en 1/2 theelepels sesamololie aan de soep toe.

Snijd de kipfilets in dikke plakken.

Verdeel de udon en de kip over 4 wijde soepkommen, schep de soep erop en garneer met korianderblad.

Mihoensoep met garnalen en venkel

Snijd 400 gr kabeljauwfilet in stukjes en kruid ze met zout, peper, 1 eetlepel citroenrasp en 2 eetlepels citroensap.

Snijd 2 venkelknollen in reepjes en bak ze met 1 teen knoflook uit de pers in 2 eetlepels olie.

Voeg de visstukjes, 1/2 dl witte wijn en 3/4 liter kokende visbouillon toe en kook het 5 minuten.

Overgiet 300 gr mihoen met kokend water.

Bak in wat olie 150 gr grote garnalen met 1 teen knoflook uit de pers.

Snipper 6 bosuities en het venkelgroen en roer dit bij de soep.

Verdeel de mihoen en de garnalen over 4 kommen en schep de soep erop.

Miesoep met tahoe en paddestoelen

Snijd 1 blok tahoe in stukjes en marineer die in 3 eetlepels sojasaus met 1 eetlepel citroensap en wat zout.

Snijd 1 ui in ringen, fruit die in wat olie en voeg een stukje geraspte gember (2 cm) en 1 teen knoflook uit de pers toe.

Snijd 150 gr shii-take in repen, roer die met 200 gr roerbakmie (Honig) in de pan en bak ze 2 minuten.

Voeg 1 liter groentebouillon en 2 eetlepels miso (sojapasta, toko) toe, breng de soep aan de kook, roer er 300 gr (wilde) spinazie door en kook de soep nog 2 minuten.

Roerbak de tahoe in wat olie, verdeel het over 4 kommen, schep de soep erop en bestrooi met peterselie.

Maïsoep I

1/2 literblik maïskorrels

1 kleine rode paprika

20 gr boter

20 gr bloem

1 theelepel kerrie

5 dl bouillon + het maïskorrelvocht

1/2 dl koffieroom

4 eetlepel geraspte kaas

zout, peper

Laat de maïskorrels uitlekken, bewaar het vocht.

Verwijder het zaad en de zaadlijsten van de paprika en snijd hem klein.

Smoor de kerrie en de paprika 3 minuten in de boter, voeg al roerend de bloem toe en schenk er de bouillon en het maïskorrelvocht in gedeelten bij.

Voeg de maïskorrels toe en laat de soep ± 10 minuten doorkoken.

Klop er vlak voor het serveren de room door en breng op smaak met zout en peper.

Tips: Neem in plaats van een rode paprika een groene; dat maakt de soep wat scherper.

Vervang de bouillon deels door melk; gebruik dan geen room.

Maïsoep II

1 kleine gesnipperde ui

1 theelepel kerrie

1 theelepel koriander

1 rode paprika

1 eetlepel olie

1-2 groente- of kruidenbouillontabletten

3/4 liter water

1 blikje ongezoete maïs

25 gr volkorenmeel

1-2 dl melk

marmite

Fruit de ui samen met de kruiden in de olie.

Was de paprika verwijder de zaden en zaadlijsten.

Snijd hem in kleine stukjes en doe ook die in de pan.

Giet er het water bij en verkrumel er de bouillontabletten boven.

Voeg de maïs met het vocht toe en laat de soep 10 minuten zachtjes doorkoken.

Maak een glad papje van het meel en wat melk en bind de soep hiermee.

Doe de rest van de melk erbij en breng de soep op smaak met marmite.

Romige maïsoep met bieslook

(2 personen)

2 eetlepels boter

2 eetlepels bloem

2 dl melk

1 pakje roomkaas met kruiden en knoflook (80 gr)

1 blikje maïskorrels (200 gr)

zout, peper

15 sprietjes (knoflook)bieslook

**Smelt de boter in een pan en roer de bloem erdoor.
Voeg al roerend scheutje voor scheutje de melk en 2 dl water toe.
Voeg de roomkaas en de maïs toe en laat de roomkaas onder af en toe roeren smelten.
Breng de soep op smaak met zout en peper en knip de bieslook erboven fijn.**

Maïs-koriandersoep

**10 gr ongezouten boter
1 theelepel saffloerolie
1 gesnipperde ui
3 fijngehakte knoflooktenen
1 theelepel gemalen komijn
1 gehakte groene paprika, zaad en zaadlijsten verwijderd
1 rode paprika (idem)
1 fijngehakte groene Spaanse peper
1 tomaat
350 gr diepvriesmaïs
1 liter ongezouten kippenbouillon
1 theelepel zout
2 eetlepels gehakt korianderblad**

**Verhit de boter en de olie in een grote steelpan op een matig vuur.
Voeg de ui, knoflook en komijn toe en fruit het geheel onder regelmatig roeren ± 5 minuten tot de ui glazig is.
Roer er dan de paprika en de Spaanse peper door en laat de paprika in ± 2 minuten een beetje gaar worden.
Voeg de tomaat, de maïs, de bouillon en het zout toe, zet het vuur laag en laat de soep 5 minuten zachtjes sudderen.
Roer er vlak voor het opdienen de koriander door.**

Hete soep met Italiaanse kruiden

**2 liter water
2 tuinkruidenbouillontabletten
1/2 theelepel sambal
2 kleine blikjes of 1 groot blik tomatenpuree
2 eetlepels Heinz Spageroni Picante
1 theelepel marjolein
1 theelepel oregano
1 theelepel basilicum
250 gr gehakt naar keuze
peper zout**

**Breng het water aan de kook.
Kruid het gehakt met peper en zout en draai er balletjes van, doe ze in het kokende water en voeg de bouillontabletten toe.
Voeg na 10 minuten de sambal, de tomatenpuree en de spageroni toe en na nog eens 10 minuten de kruiden.
Laat alles nog 5 minuten pruttelen.
Desgewenst kunt u ook nog wat gesnipperde, gefruite ui toevoegen.
Garneer de soep met een toefje kruidenboter en geef er een salade en stokbrood bij.**

Walnotenroomsoep met verse vijgen

**200 gr walnoten
2 uien
30 gr boter
1-1 1/2 eetlepel bloem
3/4 liter kalfsfond
1/8 liter room
zout, versgemalen zwarte peper
1 mespunt suiker
enkele druppels worcestershiresaus
wat limoensap
2 verse vijgen**

Hak de walnoten grof en snipper de uien fijn.
Verhit de boter in een pan en fruit beide daarin onder voortdurend roeren aan.
Bestuif met bloem en laat even garen.
Voeg de kalfsfond en de room toe en laat op laag vuur 7 minuten pruttelen.
Pureer de soep met de mixer en wrijf deze daarna door een zeef.
Breng op smaak met peper, zout, suiker, worcestershiresaus en limoensap.
Snijd de vijgen in dunne plakjes.
Doe de soep in de borden en garneer met plakjes vijg.

Tisdagssoppa (Dinsdagsoep) (6 porties)

1 wortel
1 prei
± 50 gr knolselderij
6-8 middelgrote aardappelen
6-7 artisjokken
2 liter bouillon
2 eetlepels meel
2 dl melk
witte peper, zout
peterselie

Maak kleine stukjes van de groenten en de aardappelen en kook die in de helft van de bouillon tot de groenten zacht zijn en de aardappelen zijn stuk gekookt.
Voeg de rest van de bouillon toe.
Roer het meel door de melk en roer dit mengsel door de kokende soep.
Laat de soep 3-5 minuten koken.
Voeg naar smaak zout en peper en de geknipte peterselie toe.

Biersoep I

1/2 liter melk
1 pijpje kaneel
1 stukje citroenschil
1 eetlepel suiker
2 eetlepels maïzena
1/4 liter water
3 1/2 dl bier (merk naar smaak)
1 losgeklopte eierdooier

Doe de melk, kaneel, citroenschil en suiker in een pan, breng het aan de kook en laat het 10 minuten zachtjes sudderen.
Maak de maïzena in het koude water aan en bind hiermee al roerend het mengsel.
Roer er het bier door en breng het opnieuw aan de kook.
Klop een beetje van het kokende biermengsel door het ei, giet dit dan in de pan en roer goed.
Zeef de soep en dien haar heet of koud op.

Biersoep II

1/2 liter water
50 gr bruine suiker
50 gr rijst
1 liter donker tafelbier
1 mespunt kaneel

Kook het water met de suiker en de rijst tot deze volledig gaar is.
Giet dan het bier erbij, voeg er de kaneel aan toe en laat goed doorkoken.
Dien deze soep zeer warm op.

Bier- en kaassoep (6 personen)

125 gr fijngehakte ui

100 gr fijngehakte wortel
4 eetlepels boter
5 eetlepels bloem
1/2 theelepel paprikapoeder
1/2 theelepel mosterdpoeder
33 cl bier
1/4 liter kippenbouillon
500 gr geraspte Cheddar kaas
1/4 liter dikke room
1/4 theelepel tabasco
popcorn voor de garnering

Fruit de wortel en de ui in de boter.
Roer de bloem erdoor en laat die 3-4 minuten zachtjes fruiten, maar niet bruin worden.
Roer het paprikapoeder, mosterdpoeder, bier en de kippenbouillon erdoor.
Blijf roeren met een garde tot de soep glad is.
Voeg de kaas toe, breng de soep weer aan de kook, zet het vuur laag en laat de soep 5-10 minuten sudderen.
Neem de soep van het vuur en spatel de room erdoor.
Voeg de tabasco toe en serveer de soep gegarneerd met popcorn.

Zoete deense biersoep
250 gr bruin brood zonder korst
schil van 1/2 citroen
1 liter donker bier
50 gr bruine suiker
4 lepels (half stijfgeslagen slagroom

Week het brood in wat water en kook het enkele minuten met de citroenschil op.
Breng het bier met de suiker aan de kook, schuim het af en voeg er het brood aan toe.
Laat het geheel al roerend zachtjes enkele minuten doorkoken.
Dien de soep meteen op, met in elk bord een lepel slagroom.

Biersoep met rijst
50 gr rijst
suiker
een stukje citroenschil
1 liter pils
een stukje pijpkaneeel
50 gr krenten

Kook de rijst in ruim water gaar en giet hem af.
Voeg het bier, suiker naar smaak, het stukje pijpkaneeel en het stukje citroenschil toe.
Was de krenten en voeg ook die bij de soep.
Laat de soep met een deksel op de pan tegen de kook aan zeker 10 minuten trekken.
Haal dan de pijpkaneeel en de citroenschil uit de soep en maak haar op smaak af.

Schuimbiersoep
1/2 liter Alfa Dortmunder
1/2 liter water
2 eetlepels bloem
kaneel
5 eieren
suiker
citroenschil

Meng het bier met het water, voeg de bloem en de eieren toe en klop dit mengsel goed onder elkaar.

Verwarm het in een pan met dikke bodem op een niet te hoog vuur.
Blijf steeds goed in de soep kloppen en breng haar al kloppend aan de kook.
Haal de soep dan van het vuur en maak haar op smaak af met suiker, citroenschil en kaneel.
Serveer de soep gloeiendheet en geef er bros gebakken beschuit bij.

Biersoep met melk (Paassoep)

1/2 liter Gulpener Dort
50 gr krenten
20 gr bloem
60 gr suiker
1/2 liter melk
1 eierdooier
kaneel
beschuiten

Laat het bier, de gewassen krenten, de bloem en de suiker goed roerend op laag vuur voorzichtig aan de kook komen.
Giet dan de melk bij het bier, terwijl u goed blijft kloppen.
Neem de soep van het vuur en maak haar op smaak af met kaneel.
Roer een eierdooier in een kom los en giet er, al roerend, de warme bier-melksoep op.
Maak de soep af met gebroken beschuit.

Broccoli- maïsoep de Zeezuiper

250 gr broccoli
200 gr gekookte maïskorrels
1 ui
200 gr fijngehakte bleekselderij
1 theelepel milde kerriepoeder
1 theelepel paprikapoeder
6 dl kippenbouillon
4 eetlepels zonnebloemolie
2 eetlepels fijngehakte rode paprika
4 eetlepels room
1 flesje De Zeezuiper van 3 dl
versgemalen peper, zout

Verhit de zonnebloemolie in een soeppan en bak hierin de fijngehakte ui, bleekselderij en broccoli zo snel mogelijk om en om.
Zet het vuur lager en laat de groenten 15-20 minuten zacht stoven.
Neem de groenten uit de soeppan, laat ze koelen en pureer ze in een blender, samen met de kerrie en het paprikapoeder.
Verwarm de kippenbouillon goed in de soeppan goed, voeg er de gepureerde groenten bij en verwarm alles nog ± 10 minuten goed.
Schep voor het serveren de room in de soepborden, schep daar de soep op, voeg een flinke scheut De Zeezuiper toe en garneer met de maïskorrels en de fijngehakte rode paprika.
Voeg naar smaak zout en versgemalen peper toe.
Geef er stokbrood bij en drink er een goed gekoeld glas De Zeezuiper bij.

De Zeezuiper is een bier van de Scheldebrouwerij, Rangeerstraat 1, industrieterrein B, 4431 NL 's-Gravenpolder.

Het bier is te koop bij gespecialiseerde slijterijen en bierwinkels.

Bier-broodsoep met peterselie (2 personen)

1 ui
10 gr boter
1 eetlepel tomatenpuree
1 vleesbouillontablet
2 dl donker bier

1 theelepel tijm
1 stukje foelie
2 sneetjes volkorenbrood
2 eetlepels fijngeknipte peterselie
zout, peper

Pel de ui en rasp hem fijn.

Verhit de boter in een pan en fruit de ui even aan.

Roer de tomatenpuree erdoor.

Voeg 3 dl water, het bouillontablet, het bier, de tijm en de foelie toe en laat de soep ± 5 minuten zachtjes koken.

Snijd de korstjes van het brood, verkruimel de sneetjes en roer het broodkruim door de soep.

Verwarm de soep nog ± 3 minuten en roer er op het laatste moment de peterselie door.

Breng op smaak met zout en peper.

Verborgten wijnsoep

1 grote ui

150 gr champignons

1 komkommer

50 gr Danish Blue

1 ei

2 eetlepels boter

peper

1 kruidenbouillontablet

1 dl droge witte wijn

1/2 bekertje zure room

4 plakjes diepvries bladerdeeg

100 gr geraspte oude kaas

Pel de ui, halveer hem en snijd de helften in halve ringen.

Was de champignons en snijd ze in plakjes.

Schil de komkommer en schaf hem in zeer dunne plakjes.

Verkruimel de Danish Blue kaas.

Roer in een kopje het ei met een vork los.

Verhit in een braadpan 1 eetlepel boter en laat daarin de ui en de champignons ± 7 minuten zachtjes bakken; schep af en toe om.

Voeg de komkommerplakjes en wat peper toe en bak die ± 7 minuten mee.

Voeg daarna 6 dl water en het bouillontablet toe en laat alles ± 15 minuten zachtjes koken.

Roer er de wijn en zure room door en laat nog 15 minuten zachtjes koken.

Spreid intussen de plakjes bladerdeeg op het aanrecht uit en laat ze in ± 10 minuten ontdooien.

Bestrijk de bovenkant dun met het losgeroerde ei.

Verwarm de oven voor op 225°C.

Verdeel de soep over 4 soepkommen, span over elke soepkom een plakje bladerdeeg en druk dat over de rand vast.

Bestrooi met de geraspte oude kaas en de Danish Blue kaas.

Verdeel er in klontjes de rest van de boter over, zet de soepkommen in het midden van de oven en laat het bladerdeeg in ± 15 minuten opbollen en gaar bakken.

Kroatische appelsoep

6 geschilde en in stukjes gesneden zachtzure appels

4 in kleine blokjes gesneden sneetjes oud brood zonder korst

5 dl water

5 dl droge witte wijn

2 eetlepels citroensap

1 eetlepel bloem

50 gr boter

1 mespuntje zout

1 mespuntje kaneel

Doe de stukjes appel met het water, het citroensap, het zout en de kaneel in een pan en breng het geheel aan de kook.

Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat de stukjes appel ± 10 minuten zachtjes koken tot ze zacht zijn.

Pureer het appelmengsel in een mixer-blender of door een roerzeef.

Smelt 25 gr van de boter in een pan en roer er de bloem door.

Voeg onder voortdurend roeren beetje bij beetje de witte wijn toe tot een licht gebonden geheel is ontstaan.

Voeg de gepureerde appels toe en roer alles dooreen en laat de appelsoep door en door warm worden.

Verhit de rest van de boter in een koekepan en bak hierin de blokjes brood rondom mooi bruin en knapperig.

Serveer de appelsoep, bestrooid met de blokjes gebakken brood.



<https://ruudskookboek.nl>

Ik steun...



U ook???

Het IBAN-nummer van de Stichting Blind Elephant Experience luidt:
NL63 RBRB 0943 525 756