



Zachte herfstsoep van Over het Water

Lot Douze runt de boekwinkel aan de vd Pekstraat, 'Over het Water'. Een belangrijke tak zijn de kookboeken. Wij zochten een kookboek voor plantaardig koken, dus zonder vlees of kaas of ei, dan kan alles uit de tuin. Dat heeft ze ook en tot nog toe is alles uit dat boek lekker: 'Heel veel Veg'. En ja, daar staat natuurlijk ook een lekkere soep in, zegt Lot. 'Met alleen schermbloemigen, dus eigenlijk zou het schermsoep moeten heten.' Alle schermbloemige groenten in de tuin schijnen nakomelingen te zijn van de wilde wortel, een onkruid, en dat is inderdaad de schermbloemige die het het allerbeste doet in de tuin, maar die gaat niet in de soep. Behalve schermbloemigen zit er ook wel wat look in (ui, prei, bieslook en knoflook) en wat kruiden. We maken de soep altijd eerst zelf, ons viel op hoe zacht hij is. Weer eens iets heel anders. Tip: deze soep heeft geen bouillonblokje nodig, want alle smaak komt uit de soep. Wèl genoeg zout, dat haal je anders uit het bouillonblokje. Flauwe soep is echt niet lekker!

Ingrediënten voor 4 borden

Uit de tuin:

- verse gele ui, prei, 2 tenen knoflook, selderijstengels, een knolselderij van ca een halve kilo, een pastinaak, twee wortelen en een bosje peterselie
- kruiden in de soep: tijm en laurier
- kruiden op de soep: peterselie, snijselderij, bieslook en een schermbloemetje

Zelf:

- olie (flinke scheut), water, zout, peper;

Bereiding:

- Ui en prei klein snijden en zacht aanbakken in flink wat olie;
- Knoflook en selderijstengel heel klein snijden en erbij bakken;
- Na ca 15 min zacht bakken 800 ml water erbij
- Knolselderij, pastinaak en wortelen in kleine stukjes toevoegen, laurierblaadjes erop en tijmblaadjes van de tak afrissen en erdoor meekoken, deksel op de pan
- Als de stukjes helemaal zacht zijn laurier eruit, helft van de peterselie erin en even meekoken
- Soep fijn maken in de blender of met de staafmixer en op smaak brengen met zout en peper.

Serveren met:

Klein geknipte peterselie, snijselderij bieslook en bloemblaadjes

Lekker met geroosterd brood met roomkaas met kruiden, veganisten kunnen er humus op doen.

Op www.soepuitnoord.nl vind je dit recept om door te sturen naar een bekende