

DINNERLY



Groentesoep met broccoli met krokante ciabatta



ca. 35min



2 personen

Soms is een warme soep met knapperig brood om te dippen genoeg om je dag helemaal goed te maken. Dat is dus precies wat we vandaag maken: een heerlijke soep met broccoli, wortel en bleekselderij, gegarneerd met een beetje crème fraîche. En daarbij ciabatta, besmeerd met boter en knoflook en krokant gebakken in de oven. Genieten!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1 ui
- 1 wortel
- 1 stengel bleekselderij⁹
- 1x broccoli
- 2 ciabatta's^{1,6,7}
- 1 kuipje crème fraîche⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- 3el boter⁷
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- oven met bakplaat
- middelgrote kookpan
- maatbeker
- staafmixer
- aluminiumfolie

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), soja (6), melk (7), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 724kcal, vet 54.3g, koolhydraten 42.4g, eiwit 12.5g



1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Meng het **bouillonpoeder** met 700ml warm water. Haal 3el boter uit de koelkast en laat op kamertemperatuur komen.



2. Groentemix bakken

Pel de **ui** en schrob of schil de **wortel**. Snij de **ui**, **wortel** en **bleekselderij** grof. Verhit een middelgrote kookpan met 2el plantaardige olie op middelhoog vuur en bak de **groenten** 5-6min, tot ze zacht en bruin worden.



3. Soep koken

Pel 2 tenen knoflook en snij ze fijn. Snij de **broccoli mét stonk** in hapklare stukken (zie ook de tip in stap 6). Voeg de **broccoli** en de helft van de knoflook toe aan de pan met **groente** en bak ca. 30sec mee. Giet de **bouillon** erbij en laat de **soep** 10-15min zachtjes koken, tot de **groente** zacht is.



4. Broodjes bakken

Meng de rest van de knoflook met de zachte boter en een snuf zout. Snij de **broodjes** in plakjes van 1cm, maar snij ze niet helemaal door, zodat ze aan de onderkant aan elkaar blijven. Smeer de knoflookboter tussen de **plakjes**. Wikkel elk **broodje** in aluminiumfolie en bak ze 5-6min in de oven. Verwijder de aluminiumfolie in de laatste 2min baktijd, zodat de **broodjes** bruin worden.



5. Afmaken en serveren

Zet 2tl **crème fraîche** opzij voor later. Haal de pan van het vuur en roer de **rest van de crème fraîche** door de **soep**. Pak een staafmixer en pureer de **soep** fijn. Proef en breng op smaak met peper, zout en azijn. Schep de **soep** in kommen, garneer elke kom met 1tl **crème fraîche** en wat peper, en serveer met het **knoflookbrood**.



6. Zo min mogelijk afval

De stonk van broccoli wordt helaas vaak weggegooid, terwijl hij hartstikke lekker is! In dit recept gebruiken we de broccoli dus in zijn geheel. Als de buitenkant van de stonk wat hard en stug is, kunt je hem eerst schillen met een dunschiller.