



POMPOENSOEP



4 personen



35 minuten

INGREDIËNTEN

- 600 gr pompoen
- 2 wortels
- 2 aardappels
- 1 ui
- 2 tenen knoflook
- 1 liter groentebouillon
- 1,5 tl komijn
- 0,5 tl kaneel
- snuf zout en peper
- verse peterselie
- chilivlokken

BEREIDINGSWIJZE

Voorbereiding

Stappenplan pompoen snijden:

- Snijd een stuk van de bovenkant/onderkant van de pompoen af. Zo ligt je pompoen stabiel en kun je makkelijker verder snijden. Gebruik eventueel een handdoek zodat de pompoen niet wegglijdt.
- Snijd de pompoen doormidden met een groot, scherp mes.
- Verwijder de draadjes, pitjes en eventueel de schil.
- Hierna kun je de pompoen in blokjes snijden.

Aan de slag

- Snipper de ui, snijd de knoflook fijn en de wortel en aardappel (zonder schil) in stukjes.
- Doe een scheutje olie in een soeppan en fruit de ui en knoflook aan gedurende 3-4 minuten.
- Doe dan de aardappels, wortel en pompoenblokjes erbij en bak nog eens een minuut of 3-4 mee.
- Voeg de kruiden toe en roer even door.
- Doe de bouillon erbij en breng aan de kook. Laat de soep 20-25 minuten zachtjes pruttelen.
- Pureer de soep met een staafmixer.
- Verdeel de pompoensoep over vier kommen en serveer met wat verse peterselie en eventueel een paar chilivlokken.