



Mosterdsoep met pancetta

2 PERSONEN - voorgerecht

⌚ 50 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍷 ½ knolselderij
- 🍷 1 ui
- 🍷 1½ teentje knoflook
- 🍷 1 el boter of olijfolie
- 🍷 450 ml groente- of kipbouillon
- 🍷 100 g pancetta of spek(blokjes)
- 🍷 2 el fijne mosterd (mild) + extra voor garnering
- 🍷 ½ el kokosmeel
- 🍷 bieslook voor garnering
- 🍷 grof volkorenbrood, optioneel

MATERIAAL: staafmixer

ZO MAAK JE HET:

1. Verwijder de schil van de knolselderij en snijd deze vervolgens in blokjes.
2. Snipper de ui en snijd de knoflook fijn.
3. Verwarm een eetlepel boter of olijfolie in een koekenpan boven een middelhoog vuur.
4. Voeg de ui toe en fruit kort.
5. Voeg dan de knolselderij toe en bak 5 minuten.
6. Voeg dan de knoflook toe en bak nog 2 minuten mee.
7. Schenk de bouillon erbij en breng aan de kook.
8. Zet het vuur zachter, met de deksel op de pan en laat 20 tot 30 minuten zachtjes doorkoken.
9. Snijd ondertussen de pancetta en bak in een pan krokant.
10. Zet opzij.
11. Haal de soep van het vuur en laat even afkoelen.
12. Pureer de soep tot een gladde massa met een staafmixer.
13. Voeg de mosterd en kokosmeel toe en roer er goed doorheen.
14. Voeg naar smaak extra mosterd en peper toe.
15. Verdeel de soep over twee diepe borden of kommetjes en garneer met de blokjes pancetta, mosterd en bieslook.

BRON: lowcarbchef.nl

