



Geroosterde bloemkoolsoep

2 PERSONEN - voorgerecht

⌚ 60 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍷 250 g bloemkool
- 🍷 2½ teentje knoflook
- 🍷 1 el olijfolie
- 🍷 peper en zout
- 🍷 ¾ el kerriepoeder
- 🍷 ½ ui
- 🍷 1 stengel bosui
- 🍷 400 ml groentebouillon
- 🍷 90 g zachte geitenkaas
- 🍷 verse koriander of peterselie

MATERIAAL: bakplaat met bakpapier, staafmixer

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de heteluchtoven voor op 200°C.
2. Snijd de bloemkool in roosjes en doe deze in een kom.
3. Snijd het kontje van de teentjes knoflook eraf en voeg deze toe aan de kom.
4. Voeg de olijfolie, peper, zout en ¼ el kerrie toe en meng goed.
5. Leg op een bakplaat.
6. Zet in de oven voor 30 minuten.
7. Schep na 15 minuten even om.
8. Snipper de ui en snijd de bosui in dunne plakjes.
9. Verwarm de soeppan boven een middelhoog vuur met wat olie.
10. Voeg de ui toe en fruit een paar minuten.
11. Haal de bloemkool uit de oven.
12. Pel de knoflook en voeg samen met de bloemkool, kerrie en groentebouillon toe aan de pan.
13. Breng aan de kook, zet het vuur zachter en laat nog 15 minuten zachtjes doorkoken.
14. Haal de pan van het vuur en laat even afkoelen.
15. Mix met een staafmixer tot een gladde soep.
16. Breng op smaak met peper en zout.
17. Verdeel de soep over de borden.
18. Garneer met geitenkaas, koriander of peterselie en bosui.

BRON: lowcarbchef.nl

