



Maaltijdsoep van biet met wortel en aardappel

2 PERSONEN

⌚ 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 3 el olijfolie
- 1 rode ui (gesnipperd)
- 1 teentje knoflook (gesnipperd)
- ½ winterwortel (geschild, grof geraspt)
- 1 kruimige aardappel (geschild, grof geraspt)
- 100 g knolselderij (geschild, grof geraspt)
- 150 g rauwe bieten (geschild, grof geraspt)
- ½ el gedroogde tijm
- 1 laurierblaadje
- ½ el tomatenpuree
- 200 g tomatenblokjes (blik)
- 170 ml water
- ½ groentebouillontablet
- ¼ stokbrood (in dunne plakjes)

MATERIAAL: soeppan, staafmixer

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm 1 el van de olie in een grote pan en fruit de ui circa 5 minuten.
2. Voeg de knoflook en alle geraspte groenten toe en roerbak nog 5 minuten.
3. Voeg de tijm, de laurier, de tomatenpuree en de -blokjes toe en laat aan de kook komen.
4. Leng de bouillon aan met het water en giet dit in de pan.
5. Voeg de bouillontablet toe en laat de soep in circa 30 minuten op lage stand zachtjes koken tot alle groenten gaar zijn.
6. Neem het laurierblaadje uit de soep en pureer de soep met de staafmixer.
7. Breng verder op smaak met zout en peper.
8. Warm de soep nog enkele minuten door.
9. Bestrijk de plakjes stokbrood aan beide kanten met olijfolie en rooster ze onder de grill in een paar minuten per kant goudbruin.
10. Bestrooi ze met zout en serveer ze bij de soep.

TIP: Lekker met een lepel crème fraîche en peterselie.

* Bij het gebruik van een bouillon of bouillonblokje neem dan een met minder zout. **Advies:** voedingscentrum.nl

** Als je de soep invriest, dan laat je de ingrediënt(en) die je er overheen strooit weg, deze komen na het ontdooien en opwarmen beter tot hun recht, dan erin voor het invriezen.

BRON: boodschappen.nl

