



Maaltijdsoep van bloemkool met mascarpone en cannellinibonen

3 PERSONEN

🕒 35 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- stronk, blad en dikke stelen van bloemkool
- 3 el arachideolie
- 2 sjalotjes, fijn gesnipperd
- 1,25 l groentebouillon
- 1 blik cannellinibonen (400 g)
- 1 el verse peterselie, fijngesneden
- 1 el verse dille, fijngesneden
- ½ citroen, sap
- 6 sneden zuurdesembrood, van een dag oud
- olijfolie extra vierge, om te besprenkelen
- 60 g rucola, grof gesneden
- 125 g mascarpone

MATERIAAL: soeppan, staafmixer

ZO MAAK JE HET:

1. Maak de stronk, het blad en de stelen van de bloemkool schoon.
2. Was ze en snijd lelijke plekken en een plak van de onderkant van de stronk weg.
3. Snijd in grove stukken.
4. Verhit in een soeppan 2 el van de olie.
5. Fruit de sjalotjes ± 1 minuut.
6. Schep de bloemkoolresten erdoor en bak ± 2 minuten mee.
7. Schenk de bouillon erbij en breng tegen de kook.
8. Kook de soep in ± 15 minuten zachtjes gaar.
9. Pureer intussen de helft van de cannellinibonen, de kruiden, de rest van de olie, het citroensap en zout en peper met een staafmixer tot een dip.
10. Rooster het brood in de broodrooster of grillpan goudbruin en krokant.
11. Leg op een schaal en besprenkel royaal met olijfolie en bestrooi naar smaak met zeezout.
12. Neem de soep van het vuur en pureer met de staafmixer glad.
13. Voeg de mascarpone toe en laat al roerend smelten in de warme soep.
14. Voeg de rest van de bonen toe en laat even mee warmen.
15. Breng de soep op smaak met zout en peper en voeg vlak voor serveren de rucola toe.
16. Schep de soep in de kommen en besprenkel met een beetje extra olijfolie.
17. Serveer met de olijfolietoast en de cannellini-dip.

* 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: deliciousmagazine.nl

