



Maaltijdsoep van pastinaak met venkel en knoflook

2 PERSONEN

⌚ 40 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 200 g pastinaken
- 1 middelgrote ui
- 1 venkelknollen
- 2 el traditionele olijfolie
- 1 groentebouillonblokje minder zout
- 500 ml kraanwater
- 8 g verse platte peterselie
- 2 tenen knoflook
- 2 sneetjes bruinbrood
- 100 ml houdbare slagroom

MATERIAAL: soeppan, staafmixer met molen, mandoline

ZO MAAK JE HET:

1. Schil de pastinaken en snijd in gelijke stukken.
2. Snipper de ui. Halveer de venkelknol en verwijder de harde kern.
3. Houd een ¼ apart en snijd de rest in repen van 1 cm dik.
4. Verhit ¼ van de olie in een soeppan op middelhoog vuur en bak de ui met de venkelrepen 5 min..
5. Voeg de pastinaak toe en bak 2 min. mee.
6. Roer regelmatig.
7. Verkruimel de bouillonblokjes erboven en voeg het water toe.
8. Breng aan de kook en laat 20 min. zachtjes koken met de deksel op de pan.
9. Snijd ondertussen de peterselie fijn, bewaar de stelen en het blad apart.
10. Snijd de knoflook fijn.
11. Maal het brood in de hakmolen van de staafmixer tot kruim.
12. Verhit de rest van de olie in een koekenpan en bak de knoflook met de peterseliestelen 2 min. op laag vuur.
13. Voeg het broodkruim toe en bak al roerend op middelhoog vuur in 6-8 min. krokant.
14. Haal uit de pan, roer het peterselieblad erdoor en laat afkoelen (pangrattato).
15. Snijd de rest van de venkel in flinterdunne reepjes, eventueel met een mandoline.
16. Voeg de slagroom toe aan de soep en pureer de soep met een staafmixer glad.
17. Breng op smaak met peper en eventueel zout.
18. Verdeel de soep over borden en bestrooi met de reepjes venkel en pangrattato.

VEGANTIP: Gebruik voor een veganistische soep een plantaardig alternatief voor slagroom.

****** 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: [ah.nl](https://www.ah.nl)

