



Maaltijdsoep van tuinbonen met pistache en ricotta

2 PERSONEN

⌚ 45 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 1 kleine zoete ui
- 1 prei, alleen het wit
- 1 teentje knoflook
- 6 el olijfolie
- 225 g tuinbonen, gedopt, diepvries
- 40 g pistachenoten, grof gehakt
- ¾ bosje dille
- ¼ bosje basilicum
- 65 g ricotta
- ¼ bio citroen, rasp

voor erbij

- krokante toast

MATERIAAL: soeppan, staafmixer

ZO MAAK JE HET:

1. Snijd de zoete ui, prei en knoflook fijn.
2. Verhit 2½ el olijfolie op laag vuur.
3. Bak de ui, prei en knoflook 10-15 minuten tot ze lekker zacht zijn.
4. Blancheer intussen de tuinbonen in een pan met ruim kokend water 2-3 minuten.
5. Spoel daarna koud en dubbeldop de tuinbonen: plop ze uit hun grijze jasjes.
6. Rooster de pistache al omschuddend licht goudbruin in een droge koekenpan.
7. Laat de pistache afkoelen en pureer met de staafmixer de helft van de noten met de rest van de olijfolie en wat zout.
8. Voeg 500 ml water en de rest van de pistache aan het uienmengsel toe en breng op smaak met zout.
9. Breng aan de kook.
10. Snijd de steeltjes van de dille en snijd de topjes heel fijn.
11. Pluk de basilicumblaadjes en snijd in hele fijne reepjes.
12. Roer de ricotta los met de citroenrasp.
13. Voeg bijna alle tuinbonen toe aan de soep en laat 2-3 minuten koken.
14. Zet laag en pureer de soep met de staafmixer.
15. Roer ¾ van de kruiden erdoor en verdeel over de kommen.
16. Schep in iedere kom een lepel citroen-ricotta, besprenkel rijkelijk met de pistache-olie en bestrooi met de rest van de kruiden en tuinbonen.
17. Serveer met krokante toast.

* 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

