

Groentesoep



Hoofdgerecht

Soep

4 personen

Land: Holland

Bereidingstijd: 15 min. voorbereiding, 5 uur trekken, 15 min. eindbereiding

Seizoen: Hele jaar door



Ingrediënten voor de bouillon

- 3 winterwortelen
- 1 ui (bruine schil laten zitten)
- 1 prei of 3 lente-uitjes
- 300 gram soepvlees
- 1 mergpijp
- 1/2 bosje peterselie + 1/2 bosje selderij
- 3 stengels bleekselderij
- 8 zwarte peperkorrels
- 1 stukje foelie
- 2 laurierblaadjes

- 1 tl tijm
- 1 el zout
- 2 kruidenbultjes

Ingrediënten voor de soep

- 250 gram rundergehakt
- gehaktkruiden
- 1/2 bosje peterselie + 1/2 bosje selderij fijngesneden
- 1 ui gesneden
- 400 gram soepgroenten (bloemkool, wortel, prei en boontjes)
- 2 el boter
- 1 handje doperwten
- evt. andere groenten
- 1 streng vermicelli

Bereidingswijze

1. Ui pellen en halveren. Wortel en prei schoonmaken en wassen. Wortelen, bleekselderij en prei in stukken snijden en met de ui in pan doen. Toevoegen: soepvlees, peterselie, selderij, peperkorrels, foelie, laurierblaadjes, tijm, kruidenbultjes. 1 eetlepel zout en 2 liter koud water. Aan de kook brengen. Met deksel op pan ca. 5 uur zachtjes laten trekken. Zeef bekleden met kaasdoek. Bouillon boven schone pan zeven. In kom gehakt vermengen met zakje gehaktkruiden. Met natte handen tot kleine balletjes draaien.
2. In pan boter verhitten. Stukjes ui, soepgroenten, ca. 3 minuten zachtjes bakken. Steeds omscheppen. Bouillon en vermicelli toevoegen en ca. 5 minuten zachtjes koken. Gehaktballetjes toevoegen. Soep in nog ca. 5 minuten gaar koken. Peterselie en selderij erdoor roeren. Op smaak brengen met zout en peper. Over vier borden verdelen.

Tenslotte

Soms is het opeens echt herfst. Guur, koud en veel wind. Weer om binnen te blijven en je te warmen aan een lekkere kop warme soep. Ouderwetse groentesoep met veel verse groenten om de weerstand op peil te houden. Het geheim van Hollandse groentesoep is de grote diversiteit aan groenten. Standaard zitten er natuurlijk bloemkool, wortel, prei en boontjes in. Maar je kunt er net zo goed nog broccoli, knolselderij, venkel en tomaat aan toevoegen. Hoe meer groenten, hoe meer smaak en hoe meer vitamines! Want elke groente voegt zijn eigen aroma toe en is rijk aan weer andere goede voedingsstoffen. Er gaat niets boven vers gemaakte groentesoep van zelf gesneden groenten. Daar kan geen zakje kant-en-klare soepgroenten tegenop! Om niet kilo's groente tegelijk te hoeven kopen, begin ik de week daarvoor al te hamsteren. Ik houd wat boontjes achter en leg een stuk van de bloemkool apart. Meestal heb ik ook wel broccoli en prei in huis. Met een dikke wortel erbij is dat meteen al voldoende voor een goed gevulde soep.