

Peterseliesoep



Voorgerecht

Soep

4 personen

Land: Duitsland

Bereidingstijd: 15 minuten

Seizoen: hele jaar door



Ingrediënten

- 300 gr kruimige aardappelen
- 1 ui
- 1 el boter
- 700 ml groentebouillon
- 200 ml slagroom
- 3 bosjes platte peterselie of 2 bosjes van de Turkse groenteboer
- zout & peper
- vers geraspte nootmuskaat
- citroensap
- 150 gr gerookte forel filet

Bereidingswijze

1. Schil de aardappelen en snij in dobbelstenen. Hak de ui fijn. Smelt de boter in een pan en bak de ui glazig. Voeg de aardappelen toe en bak 2 minuten. Giet bouillon en room in de pan breng aan de kook op matig vuur afgedekt 15-20 minuten.
2. Ondertussen was en verwijder de dikste stelen en kook de peterselie ongeveer 10 minuten in kokend water. Giet ze af in een zeef en spoel koud met water. Doe de peterselie in de blender en draai fijn.
3. Soep met de staafmixer pureren. Roer de peterselie door de soep en warm even door.
4. Peterseliesoep op smaak brengen met zout, peper, nootmuskaat en een paar druppels citroensap. Serveer met grof gescheurde forel filet.

Tenslotte

Peterselie bevat veel vitamine B en caroteen en zou helpen bij problemen met blaas, menstruatie en hoge bloeddruk. Het beetje peterselie dat je wellicht over de worteltjes strooit of door de aardappelpuree mengt staat natuurlijk in geen verhouding tot de twee flinke bossen die in deze heerlijke soep gaan. Gebruik platte peterselie omdat die echt lekkerder is. Verkrijgbaar bij de Turkse toko (veel en goedkoop) en tegenwoordig ook bij AH. Bij AH moet je dan wel meerdere pakjes kopen. Als je het niet kunt krijgen dan maar krul peterselie. Nu een eenvoudige vegetarische variant: **Peterseliesoep met ei**. Twee eieren in ca. 10 minuten hard koken. Onder koud stromend water afspoelen en pellen. Een ui pellen en fijnsnipperen. Van 2 bossen peterselie grove stelen afsnijden. Peterselie nu 10 minuten koken en koud spoelen in een vergiet. In de blender pureren. In pan 25 gr boter smelten. Ui ca. 3 minuten zachtjes bakken. 25 gr bloem erdoor roeren. Al roerend scheutje voor scheutje 8 dl water toevoegen. Blijven roeren tot soep licht gebonden is. Twee bouillontabletten erboven verkruiden. Met deksel op pan soep ca. 5 minuten zachtjes koken. Van vuur af met een garde 125 ml crème fraîche erdoor roeren. Eventueel aten afkoelen. Tot gebruik afgedekt in koelkast zetten. Eieren halveren. Dooiers eruit halen (eiwit wordt niet gebruikt). Boven kommetje dooiers door zeef wrijven of heel fijn snijden. Peterselie door soep roeren. Soep opnieuw zachtjes verwarmen. Op smaak brengen met peper. Soep over vier borden verdelen. In midden bestrooien met eierdooier. Direct serveren. Tot slot **Peterseliesoep met champignons**. Schil, was en snijd 350 gr aardappelen in dobbelsteentjes. Twee sjalotjes fijn snijden. Smelt 1 eetlepel boter in een pan en bak de sjalotjes glazig. Voeg de aardappelen toe en bak 2 minuten. Voeg 500 ml groentebouillon of paddestoelenbouillon, 350 ml melk toe en breng aan de kook, dek af en kook gedurende 15-20 minuten op laag vuur. Pluk de blaadjes van 1 bos platte peterselie van de Turk (houd een paar blaadjes over voor de garnering) en doe ze bij de soep, pureer met de staafmixer. Breng op smaak met zout, peper, nootmuskaat en 1 scheutje citroensap en houdt warm. Maak 250 gr champignons schoon en snijd ze in tweeën of in vieren, afhankelijk van de grootte. Paddestoelen in 2 el olie gedurende 5 minuten al omscheppend bakken. Zout en peper toevoegen. Klop 100 ml slagroom stijf en meng met de soep. Soep weer even pureren onwarm laten worden. Soep over 4 borden verdelen en garneer elk bord met de champignons en de overgebleven peterselie.