



## Romige preisoep met dille-olie

en cheddar-toast

Prei was één van de favoriete groenten van Nero, de vijfde Romeinse keizer. Hij geloofde namelijk dat het eten van prei goed was voor zijn stem en dat hij daardoor beter ging zingen. Prei behoort tot dezelfde familie als ui en knoflook. Doordat er verschillende prei soorten bestaan, is het altijd van eigen bodem te verkrijgen.

25 min | 793 kcal

*Help ons papier, Co2 en kosten  
te sparen door je recepten te  
bekijken via onze mobiele  
website*



**ekomenu**  
VOEL JE LEKKER

## BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

1P 2P 3P 4P

Rode ui	<b>st</b>	1	2	2	3
Prei	<b>st</b>	2	3	4	5
Knoflookteen	<b>st</b>	0.5	1	1.5	2
Crème fraîche	<b>ml</b>	50	100	125	200
Woudbollen	<b>st</b>	1	2	3	4
Cheddar	<b>g</b>	50	100	150	200
Verse dille	<b>st</b>	0.25	0.5	0.75	1

*zelf toevoegen:*

Olijfolie	<b>el</b>	1	2	3	4
Bouillon	<b>ml</b>	300	600	900	1200
Boter	<b>el</b>	0.25	0.5	0.75	1
Zout en peper					

*\*Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht  
online met  
#ekomenu

## BEREIDINGSWIJZE

1. Verwarm de oven voor op 180 °C en bekleed een bakplaat met bakpapier. Zorg dat de oven goed heet is. Pel de ui en snijd in ringen. Halveer de prei in de lengte, spoel onder de kraan en snijd klein. Pel de knoflook en snijd klein.
2. Verwarm olie en een klontje boter in een soeppan en bak de ui, prei en knoflook 8-10 minuten op een middelhoog vuur. Bereid de bouillon en schenk in de pan bij de prei. Laat afgedekt zachtjes pruttelen. Voeg na 10 minuten de crème fraîche toe en pureer glad met een staafmixer (bewaar eventueel wat prei, ui en room voor garnering). Maak op smaak met zout en peper.
3. Snijd het brood in plakken, besprenkel met olie en bak 2 minuten in de oven. Rasp de cheddar kaas (of schaaft plakjes), strooi over de broodjes en bak nog 5 minuten in de hete oven.
4. Hak de dille fijn en meng met olijfolie extra vierge, zout en peper. Pureer eventueel met een vijzel zo glad mogelijk.
5. Schep de soep in mooie borden en werk af met de dille-olie en gekaramelliseerde ui en prei. Heerlijk met het cheddar-toast erbij.

*Tip: De uien kun je eventueel nóg wat zoeter maken met een beetje honing.*

Biologisch



info@ekomenu.nl  
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze  
nieuwsbrief

