



Simpele doperwtensoep met spekjes

en roggebroodcroutons

Deze eenvoudige, romige variant op onze bekende erwtensoep kan een van jouw winterse favorieten worden. We maken de soep met doperwten, voorgesneden soepgroenten, spekjes en roggebroodcroutons. Lekker knapperig, warm en ideaal voor iedereen in het gezin.

20 min | 669 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
Spekblokjes	<i>g</i>	50	100	150	200
Soepgroenten	<i>g</i>	125	250	400	500
Verse citroentijm	<i>st</i>	0.25	0.5	0.75	1
Doperwten	<i>g</i>	200	350	525	700
Crème fraîche	<i>ml</i>	30	60	90	125
Knoflookteen	<i>st</i>	0.5	1	1	2
Roğgebrood	<i>st</i>	2	4	6	8

zelf toevoegen:

Bouillon	<i>ml</i>	250	500	750	1000
Olie en boter	<i>el</i>	1	2	3	4
Nootmuskaat	<i>tl</i>				
Peper en zout					

**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. Verhit een droge bakpan en bak de spekblokjes in een paar minuten krokant. Voeg de soepgroente toe en bak nog 3-4 minuten mee. Hak de tijm grof. Bereid de bouillon.
2. Giet de doperwten af. Breng de bouillon aan de kook in een soeppan en voeg de doperwten toe. Pureer de doperwten met een staafmixer (of in de blender) en breng op smaak met peper.
3. Voeg de room, spekjes, de gebakken groente en de helft van de tijm toe aan de doperwtensoeppan en kook nog 2 minuten. Houd de soep warm totdat de roğgebroodcroutons klaar zijn.
4. Snijd het roğgebrood in blokjes. Verhit olie en boter in een bakpan en bak de roğgebroodblokjes krokant. Strooi de overgebleven tijm erover en breng op smaak met , uitgeperste knoflook, nootmuskaat, peper en zout. Serveer de croutons bij de soep.

Tip: Je kunt de soepgroenten ook pureren samen met de doperwten, zodat er lekker veel groenten verstopt zitten in je soep.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

