

Romige tortellini-tomatensoep

met broccoli en basilicum

Vandaag een heerlijke tortellini-tomatensoep met broccoli. Dit super eenvoudige recept is een topper voor drukke dagen. De smaken zijn toegankelijk voor jong en oud. Pureer eventueel de gekookte prei en broccoli met de tomatensaus voor de kleintjes.

20 min | 647 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
Knoflookteen	st	0.5	1	1	2
Broccoli	st	0.5	1	1	2
Prei	st	0.5	1	2	2
Verse basilicum	st	0.25	0.5	1	1
Cherry tomaten in blik	g	150	300	400	600
Verse tortellini	g	100	200	300	400
Crème fraîche	ml	35	70	125	125
zelf toevoegen:					
Groentebouillon	ml	300	600	900	1200
Olijfolie	el	1	2	3	4
Italiaanse kruiden	tl	1	2	3	4
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. Pel en snipper de knoflook. Was de broccoli en snijd klein (ook de stronk). Halveer de prei in de lengte, spoel onder de kraan en snijd klein. Snijd de steeltjes van de basilicum klein. Bereid de groentebouillon.
2. Verhit olie in een ruime soeppan op een middelhoog vuur. Fruit de knoflook, prei en basilicumsteeltjes enkele minuten.
3. Voeg de tomaten uit blik toe (je kunt ze ook eerst pureren voor een gladde saus) samen met de bouillon. Doe de broccoli erbij en breng op smaak met Italiaanse kruiden, zout en peper. Kook afgedekt 8 minuten op een middelhoog vuur. Voeg de tortellini toe en kook in 3-5 minuten gaar.
4. Roer de crème fraîche los met een beetje water. Serveer de tortellini soep en druppel de crème fraîche en wat olijfolie extra vierge erover. Garneer met de basilicum.

Tip: Heb je toevallig nog wat kaas in huis? Dan is het lekker om een beetje over de soep te raspen.Je kunt ook de tomaten uit blik pureren voor een meer gladde soep.

Biologisch

info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief