



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 41
2015

Maak een foto van je gerecht en deel deze via Je mooiste foto krijgt een verrassing!

Pastinaaksoep met peen, amandel-peterselieolie en baguette

Je garneert de soep met zelfgemaakte kruidenolie

De pastinaak geeft deze soep met peen een zoete smaak. Om het je extra gemakkelijk te maken hebben we de peen alvast voorgesneden. Zo hoef je alleen nog de witte wortel zelf te snijden. Nog onbekend met pastinaak? Je leest er alles over in het magazine.



35-40 min



gemakkelijk



eenpans-
gerecht



vegetarisch



kind-
vriendelijk



Ui



Melody aardappelen



Pastinaak



Peen



Kurkuma



Meergranen baguette



Verse bladpeterselie



Amandelen



Crème fraîche

Ingrediënten	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Ui	½	1	1½	2	2½	3
Melody aardappelen	100	200	300	400	500	600
Pastinaak (g)	125	250	375	500	625	750
Peen (g) 15)	125	250	375	500	625	750
Kurkuma (tl)	1	2	3	4	5	6
Meergranen baguette 1) 11) 15)	1	2	3	4	5	6
Verse bladpeterselie (takjes)	3	5	7	9	11	13
Amandelen (g) 8) 15)	20	30	40	50	60	70
Crème fraîche (el) 7)	2	4	6	8	10	12
Roomboter (el)*	½	1	1½	2	2½	3
Groentebouillonblokje*	¾	1½	2¼	3	3¾	4½
Extra vierge olijfolie (el)*	1	2	3	4	5	6
Peper & zout*	Naar smaak					

* Zelf toevoegen

Allergenen

1) Gluten 7) Melk/lactose
8) Noten 11) Sesam
15) Kan sporen bevatten van eieren, soja, melk/lactose, noten, lupine en selderij

Benodigdheden

Soeppan of grote pan met deksel, kom, staafmixer

Voedingswaarden 715 kcal | 13 g eiwit | 63 g koolhydraten | 43 g vet, waarvan 16 g verzadigd | 15 g vezels



1 Verwarm de oven voor op 180 graden en kook 500 ml water per persoon.



2 Snipper de ui. Schil of was de aardappelen (melody) grondig en schil de pastinaak. Snijd beide in blokjes van 1 cm.

3 Verhit de roomboter in een soeppan of grote pan met deksel en fruit de ui 2 minuten op laag vuur. Voeg de pastinaak, peen en kurkuma toe en bak al roerende 3 minuten op middelmatig vuur. Voeg de aardappelen en 400 ml water per persoon toe en verkruiemel het bouillonblokje erboven. Laat, afgedekt, 15 minuten zachtjes koken.

4 Bak ondertussen de meergranen baguette 8 minuten in de oven.

5 Snijd of hak de bladpeterselie en de amandelen extra fijn. Meng met de extra vierge olijfolie in een kom tot amandel-peterselieolie en voeg naar smaak peper en zout toe.



6 Haal de soep van het vuur en pureer met een staafmixer. Voeg eventueel extra water toe als de soep te dik is. Zet de soep terug op het vuur, voeg de helft van de crème fraîche, peper en zout toe en verhit nog 1 minuut.

7 Verdeel de soep over de soepkommen. Garneer de soep met de overige crème fraîche en de amandel-peterselieolie. Serveer de soep met de meergranen baguette.



Tip! Besprenkel de baguette met een beetje water vlak voordat je het gaat afbakken in de oven.