Dwars door de koelkast soep.

Ingrediënten:
Basis:
- 1 ui (gesnipperd)
– 4 tenen knoflook (gesnipperd)
– 1 spaanse peper (fijn gesneden zonder zaadlijsten)

– 1 of 2 (zoete) aardappel (=bindmiddel)
– 1 veganistisch bouillon blokje

– 1,5 liter water (gekookt)

Wisselend:
– groenten uit je koelkast zoals
– courgette
– wortel
– brocolli
– bloemkool
– tomaat
– paprika
Gewoon echt alles wat je tegenkomt. Ik maak deze soep regelmatig om alle kleine stukjes groeten op te maken.

Bereiding:
– de ui,knoflook en Spaanse peper kort aanbakken en iets fruiten.
– De overige groenten (ook de zoete aardappel) in kleine stukken mee bakken (3 minuten) samen met het bouillon blokje.
– water toevoegen
– 15 minuten laten pruttelen

Met de staafmixer alles pureren. Desgewenst de helft pureren zodat originele groeten herkenbaar is.

Wij serveren deze soep met watercrackers (Amerikaans gebruik).

Deze soort soep heb ik standaard in de vriezer staan voor een dagje geen zin of plots bezoek.