



Groentebouillon

Bereiding

Rasp de ui, wortel, bleekselderij en knoflook grof – of snijd ze, als je dat liever doet, in vrij kleine stukjes. Verhit de olie in een grote pan op middelhoog vuur en doe de groente, knoflook, kruiden en peperkorrels erin. Laat ongeveer 5 minuten fruiten tot de groente wat zacht is geworden (je doet dit vooral om de ui wat milder te maken).

Voeg de wijn toe, als je die gebruikt, en 1,75 l kokend water uit de waterkoker. Breng aan de kook en laat zonder deksel op de pan zacht sudderen. Als je al je groenten hebt geraspt, is de bouillon in 10 minuten klaar. Als je ze in grotere stukjes hebt gesneden, heb je 20-30 minuten nodig. Hoe dan ook, zeef de bouillon en gebruik meteen of laat afkoelen en zet in de koelkast of vriezer

Ingrediënten

2 grote of 3 middelgrote uien

2 grote of 4 middelgrote wortels

3-4 stengels bleekselderij

1 teentje knoflook

1 el Olijfolie / Koolzaadolie

2 laurierblaadjes grof gescheurd

Takje tijm of peterseliesteeltjes (als je ze in huis hebt)

4-6 peperkorrels

½ glas droge witte wijn (indien gewenst)

Bronvermelding

Veg! Hugh Fearnley-Whittingstall



Groentesoep

Dit is een klassieke groentesoep, die niet naar een enkele overheersende groente smaakt maar naar een mengeling van troostrijke, aardse groenten. En het leuke is dat de restjes van de groenten voor deze soep precies zijn wat je nodig hebt voor een fantastische zelfgemaakte bouillon – dus snijd ruime stukken af (boven-en onderkanten, schilletjes) en bewaar ze voor het maken een bouillon.

Bereiding

Verhit de olie in de soeppan op middelhoog vuur. Voeg de gesneden soepgroenten, knoflook en laurier-blaadjes toe, samen met een flinke snuf zout en peper. Draai het vuur laag als de groenten goed sissen, leg het deksel op de pan en fruit de groenten ongeveer 15 minuten; roer een paar keer.

Schenk er 1 liter groentebouillon bij, leg het deksel op de pan en breng aan de kook. Draai het vuur laag en laat ongeveer 20 minuten zacht koken tot alle groenten zacht zijn.

Snijd ondertussen de blaadjes van het bosje peterselie (gebruik de steeltjes voor de bouillon). Haal de laurierblaadjes uit de soep en voeg de fijngesneden peterselie toe. Pureer de soep in een blender of staafmixer tot een glad geheel, naar wens eventueel extra bouillon toevoegen. Proef of er extra zout en peper nodig is en voeg dat toe naar wens.

Bronvermelding

Heel veel Veg! Hugh Fearnley-Whittingstall

Ingrediënten

2 grote of 3 middelgrote uien
grofgesneden

2 middelgrote wortels
gesneden

1 stronk (500/600 gram)
bleekselderij gesneden

3 kleine of 2 middelgrote
preien, boven- en onderkant
eraf in ringen 1 cm dik

1 grote of 2 kleine pastinaken
knolselderij, boven- en
onderkant eraf, geschild in
stukjes

2 teentjes knoflook
grofgesneden

2 el Olijfolie / Koolzaadolie

2 laurierblaadjes

½ bosje bladpeterselie

1 liter (zelfgemaakte)
groentebouillon

Zout en zwarte peper