



AARDAPPEL-PREISOEP MET CRÈME FRAÎCHE

Met bieslook en zelfgemaakte crostini's



LAVILA ROUGE

Deze fruitige wijn uit de Franse Languedoc is gemaakt van grenache- en merlotdruiven. Het resultaat is een toegankelijke, robijnrode wijn met aroma's van rood fruit zoals frambozen en kersen en een vleugje specerijen.



Prei *



Agria aardappelen



Knoflookteen



Parmigiano reggiano *



Witte ciabatta



Verse bieslook *



Citroen



Crème fraîche *

Totaal: 25-30 min.

Veggie

Gemakkelijk

Eet binnen 5 dagen

Deze stevige soep met romige crème fraîche is precies wat je nodig hebt op een winterse dag. De prei is familie van de ui, knoflook en lente-ui, maar heeft een zachtere smaak. De aardappel is niet alleen een bindmiddel, hij zorgt er ook voor dat de soep lekker vullend is. De zelfgemaakte crostini's met knoflook en Parmezaanse kaas uit de oven maken de traktatie compleet.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Soeppan met deksel, rasp, kom, bakplaat met bakpapier en staafmixer.

Laten we beginnen met het koken van de **aardappel-preisoep met crème fraîche**.



1 PREI EN AARDAPPELEN SNIJDEN

Verwarm de oven voor op 180 graden en bereid de bouillon. Snijd de **prei** in dunne ringen. Schil de **aardappelen** en snijd in kleine blokjes.



2 SOEP MAKEN

Verhit de roomboter in een soeppan met deksel op middelhoog vuur en bak de **prei** 3 – 4 minuten. Voeg de **aardappelblokjes** toe, bak nog 2 – 3 minuten en blus af met de bouillon. Laat de soep, afgedekt, 13 – 15 minuten zachtjes koken.



3 CROSTINI'S MAKEN

Pers of snijd ondertussen de **knoflook** fijn en rasp de **parmigiano reggiano** grof. Meng in een kom de **knoflook** met de **parmigiano reggiano**. Snijd de **ciabatta** in plakjes, verdeel ze over een bakplaat met bakpapier en bestrooi ze met de **knoflook-parmigianomix**. Bak de crostini's 6 – 8 minuten in de oven, of tot ze krokant zijn.



4 SNIJDEN

Snijd of knip ondertussen de **bieslook** fijn en de snijd **citroen** in partjes.



5 SOEP PUREREN

Pureer de soep met een staafmixer ★ en breng op smaak met ruim peper en eventueel met zout.



6 SERVEREN

Verdeel de **soep** over de kommen en schep in elke kom een flinke lepel **crème fraîche**. Garneer met de **bieslook** en serveer met de **crostini's** en een partje **citroen**.

★**TIP:** Heb je geen staafmixer of blender? Je kunt de soep eventueel ook fijnstampen met een aardappelstamper. Zorg dan wel dat je de prei heel fijn snijdt in plaats van in ringen.

★**TIP:** Liever een gelijke verdeling van de crème fraîche? Voeg de crème fraîche dan tijdens het pureren al toe aan de soep.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Prei (g) *	200	400	600	800	1000	1200
Agria aardappelen (g)	100	200	300	400	500	600
Knoflookteen (st)	½	1	1½	2	2½	3
Parmigiano reggiano, blok (g) 7) *	25	50	75	100	125	150
Witte ciabatta (st) 1) 6) 7) 17) 22) 27)	1	2	3	4	5	6
Verse bieslook (sprietjes) 23) *	5	10	15	20	25	30
Citroen (st)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Crème fraîche (bakje) 7) 15) 20) *	½	1	1½	2	2½	3
Groentebouillon* (ml)	500	750	1000	1250	1500	1750
Roomboter* (el)	1	2	3	4	5	6
Peper & zout*	naar smaak					

*Zelf toevoegen | * in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3071 / 734	310 / 74
Vet totaal (g)	42	4
Waarvan verzadigd (g)	26,4	2,7
Koolhydraten (g)	62	6
Waarvan suikers (g)	12,8	1,3
Vezels (g)	10	1
Eiwit (g)	22	2
Zout (g)	6,6	0,7

ALLERGENEN


1) Gluten 6) Soja 7) Melk/lactose

Kan sporen bevatten van: 15) Gluten 17) Eieren 20) Soja

22) Noten 23) Selderij 27) Lupine

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.

   #HelloFresh

 Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232 (NL) of +32 0486 70 35 29 (BE).

www.hellofresh.nl

www.hellofresh.be

WEEK 07 | 2018

