



FLUWEELZACHTE BROCCOLISOEP

Met dana blue en roomkaas-ciabatta



DANA BLUE

Dana blue is een Deense blauwe schimmelkaas en heeft een gladde romige textuur met een extra pittig accent.



Ui



Knoflook



Broccoli *



Bildstar aardappelen



Pijnboompitten



Oregano



Witte ciabatta



Kruidenroomkaas *



Dana blue *

Totaal: **25-30** min.

Discovery

Gemakkelijk

Veggie

Eet binnen **5** dagen

Soep is de ideale verstopper van veel groenten. Wanneer je de roomkaas toevoegt, wordt het een fluweelzacht geheel. De garnering van pijnboompitten en dana blue maken het af. Dit serveer je met een geroosterde ciabatta met kruidenroomkaas.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Soeppan met deksel, bakplaat met bakpapier en staafmixer.

Laten we beginnen met het koken van de **fluweelzachte broccolisoeep**.



1 VOORBEREIDEN

Bereid de bouillon en verwarm de oven voor op 210 graden. Snipper ondertussen de **ui** en pers of snijd de **knoflook** fijn. Snijd de **broccoli** in roosjes en de steel in blokjes. Was de **aardappelen** (bildstar) grondig en snijd in gelijke stukken.



2 PIJNBOOMPITTEN ROOSTEREN

Rooster de **pijnboompitten**, zonder olie, in een soeppan met deksel 2 minuten op middellaag vuur. Haal daarna uit de pan en bewaar apart.



3 SOEP KOKEN

Verhit de roomboter in de soeppan en fruit de **ui**, **knoflook** en **oregano** 3 minuten op middelmatig vuur. Voeg de bouillon, **broccoli** en **aardappel** toe. Breng aan de kook en kook, afgedekt, 10-15 minuten.



4 BROOD IN DE OVEN

Snijd ondertussen de **ciabatta** open en besmeer met de helft van de **kruidenroomkaas**. Leg de helften op een bakplaat met bakpapier en bak 6 minuten in de oven.



5 OP SMAAK BRENGEN

Pureer ondertussen de **broccoli** en **aardappel** met een staafmixer. Roer de andere helft van de **kruidenroomkaas** erdoor en breng op smaak met peper en zout. Voeg eventueel extra water toe om de soep te verdunnen.

★ TIP

Dana blue is een zachte blauwe kaas en is sterk van smaak. Laat dus iedereen zijn eigen soep garneren voor de perfecte balans.



6 SERVEREN

Serveer de fluweelzachte soep met de **roomkaas-ciabatta**. Garneer met de **pijnboompitten** en **dana blue**.

★ TIP

Dit gerecht is calorierijk. Let jij op jouw calorie-inname? Gebruik dan 25 - 30 gram kruidenroomkaas per persoon. De overgebleven kruidenroomkaas kun je in de loop van de week gebruiken als broodbeleg.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Ui (st)	½	1	1½	2	2½	3
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Broccoli (g) *	200	400	600	800	1000	1200
Bildstar aardappelen (g)	125	250	375	500	625	700
Pijnboompitten (g) 19) 22)	10	20	30	40	50	60
Oregano (tl)	1	2	3	4	5	6
Ciabatta, wit (st) 1) 6) 7) 17) 22) 25) 27)	1	2	3	4	5	6
Kruidenroomkaas (g) 7) *	50	100	150	200	250	300
Dana blue (g) 7) *	25	50	75	100	125	150
Groentebouillon* (ml)	200	400	600	800	1000	1200
Roomboter* (el)	1	1	2	2	3	3
Peper & zout*	naar smaak					

*Zelf toevoegen | * in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3096 / 740	415 / 99
Vet totaal (g)	39	5
Waarvan verzadigd (g)	20,1	3
Koolhydraten (g)	64	9
Waarvan suikers (g)	8,4	1
Vezels (g)	12	2
Eiwit (g)	27	4
Zout (g)	4,1	1

ALLERGENEN

1) Gluten 6) Soja 7) Melk/lactose

Kan sporen bevatten van: 17) Eieren 19) Pinda's 22) Noten 25) Sesam 27) Lupine

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

www.hellofresh.nl

www.hellofresh.be

WEEK 17 | 2017

