

## Pompoen soep met kokos en curry

Receptuur voor 4 personen

Totale bereidingstijd 30 min

Lactosevrij, Glutenvrij, Vegetarisch

### Benodigheden:

2 eetlepels olijfolie

1 Butter nut pompoen

3 witte uien

150 gr wortel

2 tenen knoflook

250 ml kokosmelk

1,5 liter [groenten bouillon \(basisrecept\)](#)

150 gr gember

1 st rode peper

1 eetlepel curry madras poeder van Jonnie boer

200 gram gedroogde rode linzen



### Garnering

100 bieslook

100 gr basilicum zonder stelen

50 krokante ui

50 pompoen pit geroosterd

1. Snij de uien in blokjes en de knoflook, gember(geschild) fijn en bak die vervolgens rustig aan in een soeppan
2. Schil de pompoen verwijder de kern en snij hem in kleine stukjes. Deze kunnen bij de uien en knoflook, gember in de pan, Schil ook de wortel en snij hem in dezelfde maten als de pompoen. Deze kan nu ook bij de pompoen in de pan.
3. Voeg nu de curry poeder toe en Laat dit geheel rustig bakken
4. Giet nu vervolgens de groenten bouillon in de pan staaf alles goed fijn met een staafmixer
5. Voeg de gedroogde linzen toe en laat de soep 25 minuten rustig koken
6. Voeg de kokosmelk toe
7. Voeg naar smaak rode peper toe
8. snij de bieslook en meng die met de basilicum krokante ui en pompoen pit.  
- meng dit met een klein beetje olijfolie en garneer in het midden van de soep

## Groenten bouillon (basisrecept)

### **Ingrediënten:**

2 stuk witte ui  
2 stuks prei gesneden en gewassen  
1 bos bleekselderij  
1 geschild winterpeen  
1 bos geplukte peterselie  
1 bosje tijm  
3 tenen knolflook  
1 eetlepel witte peperkorrels  
2 1/2 liter water

### **Bereidingswijze**

Snij alle groenten in grove stukken. Doe groenten en kruiden in een royale pan, vul af met ca. 2 1/2 liter water. Breng aan de kook en laat rustig een half uurtje met het deksel op de pan zachtjes pruttelen. Haal de pan van het vuur en zeef de bouillon door een vergiet waar je een schone theedoek in legt. Proef en breng waar nodig nog op smaak met wat zout/peper.

### **Tip**

laat je de bouillon minimaal 2 uur op een heel zacht pitje reduceren hierdoor wordt hij krachtiger van smaak en kan je hem invriezen zodat je het bij het volgende recept gewoon weer kan gebruiken

Aangeboden door:

Robin Blaauw, chefkok bij [Drac restaurant](#) en [Tres Margarit](#) in [Castell d'Emporda](#) in Girona.