

Pompoensoep met geitenkaastoast

Voorgerecht/hoofdgerecht

Ingrediënten

- 200 gram gedroogde, voorgeweekte witte bonen
 - 1 uit
 - 1 prei
 - 1 rode peper
 - 1 teen knoflook
 - 1 pompoen (ongeveer 500 gram)
 - Scheut olijfolie
 - 1 liter groentebouillon
 - 3 takjes koriander
 - 4 kleine broodjes
 - 125 gram zachte geitenkaas
- Ipv geitenkaas kun je ook hummus nemen



Bereiding

Kook de voorgeweekte bonen in ongeveer 1 uur gaar.

Snij de ui, prei, rode peper, knoflook en pompoen in stukjes.

Fruit de ui en de prei in een scheut olijfolie en bak tot alles zacht is.

Schep de rode peper en knoflook erdoor en bak nog 1 minuut mee.

Voeg de pompoenblokjes en groentebouillon toe en breng aan de kook.

Laat 15 minuten zachtjes koken tot de pompoen helemaal zacht is.

Neem de pan van het vuur en laat het mengsel iets afkoelen.

Voeg dan 300 gram van de bonen toe en pureer met de staafmixer (of blender).

Voeg de rest van de bonen toe en verwarm het opnieuw.

Roer de koriander erdoor en breng de soep op smaak met zout en peper.

Verwarm de oven op 180 °C.

Beleg (of bestrijk) de broodjes met geitenkaas, besprenkel met een beetje olijfolie en rooster ze in 6 à 7 minuten in de oven goudbruin.

Bron: De Groene Garde.