

Kikkererwtensoep met chilipepers en koriander

Voor 4-5 personen

Deze soep heeft duidelijk Mexicaanse accenten. Hij is niet te heet of te pikant, maar de chilipepers geven hem een flinke oppepper en de smaak en de structuur van kikkererwten zijn perfect geschikt voor een soep.

225 g kikkererwten, een nacht geweekt in twee keer hun volume aan koud water

1½ l kokend water

1 eetl. korianderzaadjes

1 eetl. komijnzaadjes

50 g boter

6 flinke tenen knoflook, gepeld en fijngehakt

2 kleine rode chilipepers, gehalveerd en zonder de zaadjes fijngehakt

1 theel. geelwortelpoeder (kurkuma)

gerasppte schil van 1 citroen, plus

2-3 eetl. citroensap om erbij te serveren

10 g vers korianderblad, blad en steeltjes apart (bewaars het blad om te garneren)

200 g crème fraîche

zout en versgemalen zwarte peper

Om te garneren:

1 milde dikke rode of groene chilipeper, zonder de zaadjes, in flinterdünne reepjes de achtergehouden korianderblaadjes (zie boven)

Ook nodig: een grote pan met een inhoud van 3½ liter

Spoel de kikkererwten onder de koude kraan af in een vergiet, laat ze uitlekken en doe ze met het kokende water in de pan. Breng tegen de kook, leg het deksel op de pan en laat de kikkererwten in circa 1 uur zachtjes gaarkoken.

Bereid terwijl de soep kookt de overige ingrediënten voor. Rooster de koriander- en de komijnzaadjes 2-3 minuten in een hete dro-

ge koekenpan en plet ze dan in een vijzel.

Verhit daarna de boter in de koekenpan en fruit de geplette kruiden met de knoflook en de pepertjes 5 minuten op laag vuur. Voeg de geelwortel toe, laat al roerend kort meebakken en neem de pan van het vuur.

Giet de gare kikkererwten af in een vergiet en vang het kookvocht op in een kom. Schep ze met een paar soeplepels van het kookvocht in een blender en laat ze tot een gladde puree draaien. Voeg de citroenrasp, de korianderstelen en de gefruite kruiden met nog een soeplepel van het kookvocht toe en laat nogmaals draaien tot het een gladde puree is.

Dan gaat alles met de rest van het kookvocht terug in de pan. Breng zachtjes aan de kook, roer goed, breng op smaak met wat zout en peper en laat 30 minuten zachtjes koken. Tot zover kan de soep tevoren worden gemaakt. Roer hem voor het serveren voorzichtig om, maar zonder hem te laten koken. Roer de helft van de crème fraîche en het citroensap door de soep, breng zo nodig nog eens op smaak met wat zout en peper en serveer hem in voorverwarmde soepkoppen. Giet er een beetje van de resterende crème fraîche op en bestrooi met de reepjes chilipeper en het korianderblad.

Langzaam gekookte soep van bleekselderij en knolselderij

Voor 5 personen

Deze soep heeft een heerlijke volle smaak omdat de groenten heel langzaam zijn gekookt. Het is een vullende soep, voor er Knolselderij-kaasbrood (blz. 225) is gegeven.

ca. 500 g stengels bleekselderij, schoongemaakt en het blad bewaard

ca. 500 g knolselderij

1 middelgrote ui, gepeld

1½ l hete groentebouillon van poedertabletten

3 laurierblaadjes

zout en versgemalen zwarte peper

Om te garneren:

2 eetl. volle yoghurt of crème fraîche

2 theel. selderijzout

enkele selderijblaadjes (zie boven)

Ook nodig: een blender en een pan met deksel met een inhoud van 3½ liter

Verwarm de oven voor op 140 °C.

Eerst iets over het schoonmaken van groenten. Gebruik een dunschiller om harde draden aan de buitenkant van stengels bleekselderij te verwijderen. Wie hele struik bleekselderij heeft, gebruik de buitenste stengels voor de soep en de malse binnenste zo op.

Bij het schillen van de knolselderij kan nogal wat verloren gaan omdat de bodem vrij ruw is. Er is circa 500 gram schors maakte knolselderij nodig, die in grote stukken wordt gesneden. Snijd de bleekselderij in grote stukken, evenals de ui. Doe er met de bouillon, de laurierblaadjes en zout en peper in de pan. Breng op het langzaam aan de kook, leg het deksel op de pan en zet hem 3 uur in de verwarmde oven om de groenten zachtjes gaark te laten