

Sobere linzensoep

(4 personen)

Ingrediënten:

- Bruine of rode linzen (of gemengd), gedroogd of uit blik (3½ blikken à 300 gr)
- 2 el olijfolie
- 1 ui, fijngesnipperd
- 1 stengel groene selderij, fijngesneden
- 2 teentjes knoflook, geperst
- 1 l groentebouillon
- 1 el tomatenpuree
- 1 kruidenboeketje (tijm, laurier, peterselie)
- Paprikapoeder
- Peper en zout
- 1 rode, groene en gele paprika, in reepjes gesneden

Bereiding:

Gedroogde linzen 2 à 3 uur laten weken. Verwarm 1 el olijfolie in een soep-pan en fruit de ui. Doe de selderij en knoflook erbij en schep het geheel goed om, tot alles goed met elkaar vermengd is. Schenk de groentebouillon erbij en breng zachtjes aan de kook.

Doe de tomatenpuree en het geurende kruidenboeketje bij de bouillon en laat 10 minuten zacht koken. Voeg de linzen toe (een beetje achterhouden) en laat nog eens 10 minuten koken. Stoof ondertussen de kleurrijke paprikareepjes in de olijfolie.

Verwijder het kruidenboeketje. Roer de soep tot een glad geheel, bijvoorbeeld met een staafmixer, en breng de soep opnieuw tegen de kook aan. Voeg de overige linzen toe en kruid naar smaak met het paprikapoeder, peper en zout.

Schep de linzensoep in diepe kommen en garneer met de paprikareepjes.

Dit recept is deel van de sobere maaltijd. In het vijfde nummer van magazine Petrus staat een recept om bijpassend brood te maken. Abonneer gratis via petrusmagazine.nl



Protestantse
Kerk