



## Bloemkool-pompoensoep

met kruidenpesto en getoaste cashews



20-30min



2 personen

Kruip onder een plaid op de bank en warm je handen aan deze dampend hete kom troostrijk eten. Zacht, zoet, zalvig, rijk, kruidig. De gele powersoep is de zonneshijn op een gure winteravond. Met een lekkere niet-traditionele pesto-swirl en cashewnoten gebakken in een boterige saus lepel je de soep tot op de bodem op.

## Wat je van ons krijgt

- Habesha's Berbere Spice mix
- cashewnoten <sup>15</sup>
- teen knoflook
- groentebouillonblokje <sup>9</sup>
- verse groentemix: bloemkool, pompoen, prei
- ciabattabroodjes <sup>1</sup>
- verse kruidenmix: koriander en peterselie

## Wat je thuis nodig hebt

- boter <sup>7</sup>
- olijfolie
- peper en zout

## Kookgerei

- bakplaat
- kleine kookpan
- maatbeker
- middelgrote kookpan
- oven
- staafmixer
- waterkoker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen.

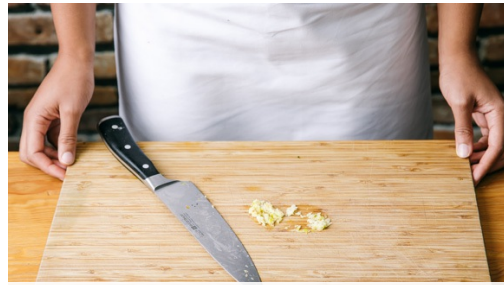
Voorname­lijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

### Allergenen

gluten (1), melk (7), selderij (9), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 690.0kcal, vet 36.6g, eiwit 19.2g, koolhydraten 67.1g



### 1. Knoflook snijden

Breng 600ml water in een waterkoker aan de kook. Verwarm de oven voor op 180°C hetelucht/200°C. Pel en hak de **knoflook** fijn.



### 2. Pesto maken

Hak de **koriander** en **peterselie** incl. steeltjes grof en doe ze in een maatbeker met 2el olijfolie, 1-2el water, de **helft van de cashewnoten** en pureer met een staafmixer tot een gladde **pesto**. Breng op smaak met peper en zout.



### 3. Brood bakken

Snijd de **ciabattabroodjes** open en bestrijk de snijvlakken met in totaal de **helft van de pesto**. Bak 5-8min in de oven totdat de **broodjes** goudbruin beginnen te kleuren.



### 4. Knoflook bakken

Doe intussen de gehakte **knoflook** met 1el olijfolie in een koude, grote kookpan. Zet het vuur middelhoog en wacht tot de **knoflook** in de olie begint te borrelen.



### 5. Soep maken

Voeg de **helft van Habesha's berbere spice mix** en de **verse groentemix** toe en bak 2-3min totdat de **groenten** wat kleur krijgen. Voeg 500ml zojuist gekookt water toe en verkrui­mel het **bouillonblokje** erboven. Breng aan de kook en kook 8min met een deksel afgedekt totdat de **pompoen** gaar is. Pureer glad en voeg evt. meer kookwater toe om de **soep** dunner te maken.



### 6. Cashewnoten toasten

Smelt ondertussen ca. 1el boter in een kleine koekenpan op middelhoog vuur en voeg de **rest van de cashewnoten** met **1tl spice mix** toe. Bak al roerend 1-2min totdat de **noten** wat kleur krijgen. Schep de **soep** op, garneer met de **pesto**, **cashews** en serveer met het **ciabattabrood**.