

Gerst-bloemkoolsoep

Ingrediënten voor 4 pers:

- 60 g gerstmeel (gemalen volle korrel of gemalen vlokken/thermomeel)
- 1 bloemkool
- 1 ui
- 1 liter groentebouillon
- ½ kl korianderpoeder
- Peper en zout
- Ev. een scheutje haverroom of amandelroom

Kruiden en smaakmakers: verse kruidenpeterselie en bieslook

Werkwijze:

- Rauw meel (gemalen volle korrel) een half uur laten weken in wat koude groentebouillon of water
- De bloemkool kuisen, wassen en in roosjes verdelen.
- De ui kuisen en fijn snipperen
- De groentebouillon aan de kook brengen en binden met het aangelengde meel. Even laten doorkoken onder voortdurend roeren met de garde. Indien je gemalen vlokken gebruikt of thermomeel dan kan je deze, eventueel aangelengd, meteen in de kokende bouillon doen, dus zonder te weken.
- De ui en bloemkoolroosjes toevoegen alsook de korianderpoeder en de peper.
- Met deksel op de pot zachtjes laten koken gedurende 30 minuten. Voor thermomeel is 10 à 15 minuten voldoende.
- Soep op basis van rauw meel nog laten nawellen gedurende 30 minuten. Zout toevoegen vóór het nawellen.
- De soep glad mixen. Nog eens goed op smaak brengen. Eventueel een scheutje haverroom toevoegen

Opm: eventueel garneren met enkele (gare) bloemkoolroosjes en/of wat fijngehakte tuinkruiden

