

Rogge-karwijsoep

Ingrediënten voor 4 pers:

- 40 g rogge of roggemeel
- ½ tl karwij*
- ½ tl komijn*
- 700 ml groentebouillon
- 100 ml yomio of zure room

Kruiden en smaakmakers: lavas, zout, appeldiësap, verse kruiden zoals peterselie en bieslook

Werkwijze:

- Roggekorrels of het meel in een koekenpan licht roosteren en vervolgens laten afkoelen. De korrels fijnmalen in de graanmolen.
- Karwij en komijn idem; licht roosteren, afkoelen en fijnmalen. Niet samen met het graan roosteren omdat de tijden verschillend zijn. Fijnmalen in een aparte kruidenmolen of vijzel en niet in de graanmolen omdat er een intensief aroma ontstaat.
- Roggemeel mengen met een deel van de bouillon en wat laten inweken.
- De rest van de bouillon aan de kook brengen en het aangelengde meel onder voortdurend roeren toevoegen en ca 20 min zachtjes laten koken
- De karwij en komijn toevoegen en ca 30 min laten nawellen
- Yomio of zure room toevoegen
- Goed op smaak brengen
- Garneren met verse kruiden

Opm: eventueel serveren met wat groentejullienne, gestoofde prei, bloemkoolrosjes en/of wat fijn gesneden sla als garnituur

