



Tomatensoep met paprikapesto-bruschette

Met peen en grana padano



WORTELS

Van paars tot geel - gekleurde wortels zijn nu eerder uitzondering, maar wist je dat ze niet altijd oranje zijn geweest? In de 16e eeuw verschenen de eerste oranje exemplaren in Nederland.



Ui



Knoflookteen



Peen *



Pruimtomaat *



Gedroogde tijm



Paprikapoeder



Tomatenpuree



Bruine ciabatta



Rode-paprikapesto *



Grana padano *

Totaal: 25-30 min.

Family

Gemakkelijk

Veggie

Eet binnen 5 dagen

Calorie-focus

Zo op tafel en boordevol vitaminen - en dat zijn nog maar twee van de vele voordelen van groentesoep! Deze tomatensoep geef je extra smaak door de toevoeging van wortel en grana padano. Tel daar de bruschetta met paprikapesto bij op en je zit zo in Italië. Wist je trouwens dat je bruschetta uitspreekt als broesketta? Handig voor wie deze zomer nog naar de laars reist!

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Soeppan met deksel, bakplaat met bakpapier en staafmixer.

Laten we beginnen met het koken van de **tomatensoep met paprikapesto-bruschette**.



1 GROENTEN SNIJDEN

Verwarm de oven voor op 200 graden en bereid de bouillon. Snijd de **ui** in halve ringen en pers de **knoflook** of snijd fijn. Snijd de **peen** in dunne halve plakken en de **pruimtomaat** in parten.



2 GROENTEN BAKKEN

Verhit de helft van de olijfolie in een soeppan met deksel en fruit de **ui** en de **knoflook** 2 minuten op middelmatig vuur. Voeg de **peen**, **pruimtomaat**, **gedroogde tijm**, het **paprikapoeder** en de **tomatenpuree** toe en bak 2 minuten.



3 SOEP KOKEN

Voeg de honing en het kokende water toe aan de soeppan. Verkruiemel ½ bouillonblokjes per persoon boven de pan. Kook de soep, afgedekt, 12 – 15 minuten op laag vuur.



4 BRUSCHETTE MAKEN

Snijd ondertussen de **ciabatta** in plakken van 1 cm. Verdeel de sneetjes **ciabatta** over een bakplaat of ovenrooster met bakpapier, beleg met de rode **paprikapesto**, besprenkel eventueel met de overige olijfolie en bak 6 – 8 minuten in de oven.



5 SOEP PUREREN

Haal de soep van het vuur, voeg de helft van de **grana padano** toe en pureer de soep met een staafmixer. Voeg eventueel (warm) water toe als je de soep wilt verdunnen en breng de soep op smaak met peper en zout.



6 SERVEREN

Verdeel de soep over de soepkommen en garneer met de overige **grana padano**. Besprenkel naar smaak met extra vierge olijfolie en serveer met de **paprikapesto-bruschette**.

★**TIP:** Je kunt deze soep ook koud serveren, als een heerlijke zomerse gazpacho. Serveer de soep dan in een glaasje en laat de kaas achterwege of gebruik de kaas als topping voor de bruschette.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Ui (st)	½	1	1½	2	2½	3
Knoflookteen (st)	1	2	2	3	3	4
Peen (st) *	⅓	⅔	1	1½	1½	2
Pruimtomaat (st) *	3	6	9	12	15	18
Gedroogde tijm (tl)	1	2	3	4	5	6
Paprikapoeder (tl)	1	2	3	4	5	6
Tomatenpuree (blik)	½	1	1½	2	2½	3
Bruine ciabatta (st) 1) 6) 7) 17) 22) 25) 27)	1	2	3	4	5	6
Rode-paprikapesto (g) 7) 8) *	40	80	120	160	200	240
Geraspte grana padano (g) 3) 7) *	25	50	75	100	125	150
*Zelf toevoegen						
Olijfolie* (el)	½	1	2	2	3	3
Honing* (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Groentebouillonblokjes* (st)	½	1	1½	2	2½	3
Extra vierge olijfolie*				naar smaak		
Peper & zout*				naar smaak		

* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	2456 / 587	275 / 66
Vet totaal (g)	27	3
Waarvan verzadigd (g)	8,7	1,0
Koolhydraten (g)	60	7
Waarvan suikers (g)	26,2	2,9
Vezels (g)	13	1
Eiwit (g)	19	2
Zout (g)	4,9	0,5

ALLERGENEN

1) Gluten 3) Eieren 6) Soja 7) Melk/lactose 8) Noten
Kan sporen bevatten van: 17) Eieren 22) Noten 25) Sesam
27) Lupine

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.

#HelloFresh

Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232 (NL) of +32 0486 70 35 29 (BE).