

GROENTESOEP MET YACON



Een cursist uit Kinrooi bracht voor mij een nieuwe groenten mee. Een complete verrassing want ik kende het totaal niet. Het was de **YACON**. Yacon is oorspronkelijk afkomstig van het Andesgebergte in Zuid-Amerika. Het Yacon knolgewas is knapperig, smaakt fris en zoet en is veelzijdig in gebruik. Het zit ook boordevol antioxidanten en gezonde probiotica. In de keuken kan het zowel warm als koud geserveerd worden. U kan het rauw eten in een salade maar ook tot puree of soep verwerken. Het inspireerde mij tot het maken van deze soep. Bedankt Carine voor de inspiratie. <https://www.aspergeskinrooi.be>

Ingrediënten

- 1 ui
- 1 yacon (150-200 g)
- 1 staal prei
- 3 wortelen
- 3 stalen selder
- 20 g boter of olie
- 800 g water
- bouillonpasta of -blokjes
- peper van de molen
- vermicelli of soeplettertjes (optioneel)



Werkwijze

1. Doe de boter of olie met de groenten (in grove stukken) in de beker en hak.
5 sec / snelheid 5
Spatel naar beneden.
2. Doe het water, bouillon en peper in de mengbeker en kook de groenten.
25 min / 100°C / snelheid 1
3. Mix de soep
1 min / snelheid 5-10 (geleidelijk verhogen naar 10)
4. Optioneel kan je vermicelli of soeplettertjes toevoegen.
5 min / 100°C / linksomdraai en snelheid 1
5. Breng de soep over in een kookpot. Zet de messen van je beker onder water en spoel de beker.
1 sec / turbo functie
Giet de “spoelsoep” bij de andere soep. Zo gaat er niets verloren en is je beker vrij proper om in de vaatwasser of afwas te plaatsen. Breng de soep eventueel nog verder op smaak met peper en zout.

TIP: Je kan met gelijk welke soepgroenten variëren.