

Pompoensoep met forefilets

Ingrediënten

- 1½-2 kg pompoen*
- Zout en peper
- 1 el olijfolie
- 1-3 garnalen- en/of visbouillonblokjes
- Takje rozemarijn
- 3-4 blaadjes salie
- 1 tak tijm
- 1 biologische citroen
- Gerookte forefilets

Basisbouillon:

- 5 cm gember, duimdik
- 1 flinke winterwortel
- 1 flinke ui, ongepeld
- 10 cm prei
- Stuk knolselderij (100 gram)
- 2-3 laurierblaadjes
- 8 zwarte peperkorrels
- 1 liter water

Bereidingswijze

- Trek met 1-1,5 liter kokend water bouillon van de gewassen, in grove stukken gesneden groenten
- Laat ongeveer een uur zachtjes borrelend trekken met de deksel op de pan. Verwijder daarna de groenten
- Was de pompoen, verwijder de pitten en snijd in stukken van ongeveer 3x3 cm. (Schillen hoeft niet, mag wel.)
- Leg de pompoenstukken op een vel bakpapier op een bakplaat en bestrooi met peper en zout en besprenkel met olijfolie
- Rooster de pompoenstukken in ongeveer een half uur totdat ze goed gaar zijn.
- Doe de gare pompoenstukken in een pan, samen met de helft van de bouillon.
- Zet de staafmixer erop en pureer totdat je een gladde massa hebt.
- Druk de puree nu door een grote ronde keukenzeef**. Dat gaat het beste met een soeplepel
- Breng de soep opnieuw aan de kook en voeg zoveel bouillon (en eventueel nog wat water) toe totdat je een dikte krijgt die jij lekker vindt.
- Voeg nu de kruiden toe, samengebonden met een touwtje (of gebruik een kruidenei) en verkruimel de bouillonblokjes door de soep totdat het voor jou op smaak is.
- Laat de soep 15 minuten trekken op laag vuur
- Voeg citroenrasp van 1 citroen toe en het sap van ½ citroen*** en roer de soep door
- Voeg eventueel nog wat witte peper, naar smaak, toe.

Serveer de soep in kom of bord en garneer met 1 el verkruimelde forefilet

Hulpmiddelen

Oven
Stevig keukenmes
Kookpan
Staafmixer
Keukenzeef
Soeplepel

Bron: eigen recept

Tips

* Je kunt verschillende soorten pompoen gebruiken voor deze soep. Ik gebruik vaak hokaido of flessenpompoen, en het liefst muskaatpompoen.
** Zeven hoeft niet maar geeft een heel mooie structuur en fijnere smaak aan je soep.
*** De citroen voeg ik beetje bij beetje toe. Het wordt snel te zuur. Proeven!