# AH Pompoensoep verspakket

|  |  |
| --- | --- |
| **GEMAKKELIJK, SNEL EN BOORDEVOL VERSE GROENTEN. ZET IN EEN HANDOMDRAAI EEN STEVIGE VERSE SOEP OF LEKKERE MAALTIJD OP TAFEL.**  Lekker met reepjes gerookte zalm of gerookte kipfilet en/of een topping van crème fraîche of ricotta | Een afbeelding van AH Pompoensoep verspakket |

|  |  |
| --- | --- |
| **Benodigdheden: (voor 6 personen)** 1 flespompoen  2 winterpenen  3 sjalotten  3 tenen knoflook  Stukje gember  1 appel  1 sinaasappel  2 groentebouillonblokjes  2 el olijfolie  1 L water  Cayennepeper | **Materialen:**   * Groene snijplank met antislipdoekje * (koks)mes * Afvalbakje * Middelgrootte kookpan * Maatbeker * Spatel * Soeplepel * Eetlepels en soepkommen * Staafmixer * Dunschiller * Sinaasappelpers |

**Bereidingswijze**

* Schil eventueel de pompoen. Halveer de pompoen, verwijder de pitten en snij in stukjes.
* Snij de winterpeen in stukjes.
* Pel en snipper de sjalotten en snij de knoflook fijn.
* Schil de gember en hak een stukje ter grootte van 2 dobbelstenen fijn.
* Schil de appel, verwijder het klokhuis en snij in stukjes.
* Pers de sinaasappel uit.
* Verhit de olijfolie in een soeppan en fruit de sjalotten, knoflook en gember 3 minuten op lage temperatuur.
* Voeg de pompoen en winterpeen toe en bak 5 minuten op middelhoge temperatuur. Schep het mengsel af en toe om.
* Voeg het water, de groentebouillonblokjes, de appel en het sinaasappelsap toe, breng aan de kook en laat de soep afgedekt 20 minuten zachtjes koken.
* Pureer de soep met een staafmixer. Proef en breng op smaak met cayennepeper.