

Ingrediënten 1

120 g volle melk of room naar keuze (optioneel)
1 L water met 2 tl bouillonpasta of 1L kippenbouillon
1/2 tl zout
Peper
Verse koriander (1 bosje of naar smaak)
40 g rode platte linzen (of andere!)
1 reepje citroenschil zonder witte velletjes
Een paar plakjes gember
1 kleine ui
300 g wortelen
50 g boter



Recept

Linzen, citroenschil en gember malen gedurende 20 sec op st 10.
Voeg in 4 gesneden ui, stukken wortel, boter en bouillonpasta (indien bouillon dit dus niet!) toe en maal gedurende enkele sec op st 4,5.
Voeg 1 l water of 1L kippenbouillon toe (ik gebruik meestal gekookt water of bouillon) en kook 15 minuten op 100° en st 2. Indien je geen gekookt water of bouillon gebruikt moet je per 1/2 L 6 minuten extra zetten maw 12 minuten extra = een 27 minuten.
Koriander en pezo toevoegen en pureren gedurende 1 minuut op st 10. Voor een romige soep voeg je nog wat room of volle melk toe en draai even op st 3 om te mengen. Proeven en evt. bijkruiden.

Tip:

Indien je geen koriander lust, kan je dit ook vervangen door bvb. peterselie maar ook diegenen die niet gek zijn van de smaak van koriander zullen dit lusten. Het is heel subtiel en je voegt zoveel toe als je wens.

Bron



Nadine Cremie ► Receptjes ThermomixLovers! Tips en vragen van hobbykoks

<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=1834141593373491&set=gm.933384243513348&type=3&theater>

Ingrediënten 2

- * 1000 g gekookt water
- * 2 tl kippenbouillon pasta
- * 1/2 tl zout
- * Peper
- * 40 g rode platte linzen (of gelijk welke linzen...)
- * 1 reepje bio citroenschil zonder witte velletjes
- * Een paar plakjes gember (3-tal of meer naar smaak)
- * 1 kleine ui, gepeld en in 2 gedenen
- * 300 g wortelen, geschild en in stukken
- * 50 g boter (of minder...)
- * Bosje koriander of peterselie, de blaadjes
- * 120 g volle melk of room (optioneel)



Recept

Bereiding:					
1. Linzen, citroenschil en gember malen. De linzen die meel worden dienen als binding voor de soep. Bijspatelen.			20 sec		9
2. Voeg de ui, wortel, boter, bouillonpasta toe en hak			10 sec		4,5
3. Voeg het gekookt water toe en kook			15 min	100°	1
4. Voeg koriander of peterselie toe en kruid af. Mix de soep.			1 min		9
5. Als je de soep extra romig wenst kan je nog melk of room toevoegen en even mengen			10 sec		3

Bron

Linda Trouillard pdf

Ingrediënten 3

650 g wortelen
200 g ajuin
¼ teentje look
1000 g water met 2 kippenbouillonblokjes Knorr light
20 g olijfolie
Cayennepeper en zout
Optioneel: schijfjes gebakken champignons en stukjes kort gebakken Gandaham

Recept

- Snij de ajuinen in 4 en doe ze samen met de look in de mengbeker en hak:

7 sec / std 5

- Voeg olijfolie toe:

5 min / 100 ° / std 1

- Voeg de wortelen toe en hak:

7 sec / std 5

- Voeg 500 g bouillon toe:

17 min / 100 ° / std 1

- Handdoek op deksel leggen en mixen:

1 min / std 10

- Voeg de rest van de bouillon toe en kruid af met Cayennepeper en zout:

2 min / 100 ° /std 2

- Garneer met de champignons en de Gandaham.
-

Bron

<http://www.thermogezondwelzijn.be/wortelveloute/>

Info Martine Lycke 30/09/2018

40g Linzen	20 sec - snelheid 9
½ tl Citroensap	
½ kl Gember	
1 kleine Ui	10 sec - snelheid 5
300 g Wortelen	
50 g Boter	minder : 27 g gebruikt
2 tl bouillonpasta	meer bouillonpasta gebruiken
1 l warm water	15 min - 100°C - snelheid 1 beter langer, zoals 1 ^{ste} recept : 27 min - 100°C - snelheid 1
Koriander	1 min - snelheid 9
Peterselie	
120 g volle melk of room	10 sec - snelheid 3 Halfvolle melk gebruikt

Fotos

