

## KOKEN volgens LOT

### LOTs alom gevierde POMPOEN-TOMATENSOEP



#### Ingrediënten:

- Een stuk pompoen.
- Een prei;
- Een stuk selder.
- Een teentje knoflook.
- Enkele tomaten (eventueel tomatenpuree)
- Een ajuin.
- Enkele stukjes spaanse peper.
- Peterselie
- Arachide olie.
- Runderbouillonblokjes.

Voor een pot soep van ongeveer 5 liter ga ik meestal als volgt te werk:

We stoven een tweetal grote ajuinen (of 3 kleinere) in de arachide olie, samen met een teentje knoflook en enkele snippers spaanse peper. Deze twee laatste dienen als achtergrondsmak, dus niet mee overdrijven.

De prei in stukjes snijden en mee stoven. Daarna voegen we de selder toe (een halve selder uit de Supra bijvoorbeeld), selder niet lang mee laten stoven, die durft soms bitter te worden.

Daarna water, zout en bouillonblokjes toevoegen (3 à 4)

Tomaten toevoegen, toch wel een tiental (ook een beetje naar smaak). Je kan ook een tweetal blikken gepelde tomaten toevoegen of gewone tomatenpuree.

Als je verse tomaten gebruikt, haal er dan op voorhand de schil af, zo hoeft je de soep niet meer te zeven als je ze gemixt hebt.

Nu nog de stukken pompoen erbij, zonder de schil natuurlijk.

Voor deze soep neem ik altijd maximum een vierde van een pompoen, dit hangt af van de soort, ik heb in de tuin nogal vaste pompoenen, als je dan teveel gebruikt krijg je een nogal meelachtige soep.

Alles gaar laten koken, mixen en opdienen met wat gehakte peterselie. Smakelijk.

Groeten, Lot