

# SPINAZIE SOEP

*'Alles loopt in de soep!*

Voor 2 tot 4 kommen

# Ingrediënten

- olijfolie
- 1 grote ui, gesnipperd
- 1 theelepel komijn
- 1 theelepel kerrie
- 1,5 grote zoete aardappel, geschild en in gelijkmatige blokjes gesneden
- 1 prei, gewassen en in ringen gesneden
- 1 eetlepel citroensap
- 500 ml groentebouillon
- 350 gram verse spinazie
- peper naar smaak



*Als topping: scheutje kokosmelk  
verse bieslook, pompoenpitjes  
en/of pijnboompitten*

# Bereiding

- Verhit een flinke scheut olijfolie in een pan en fruit de ui ongeveer 5 minuutjes op matig vuur. Voeg daarna de komijn en kerrie toe en laat nog eens stoven op laag vuur, tot alles zacht is. Schep regelmatig om.
- Voeg de blokjes zoete aardappel en de prei toe en laat even mee stoven. Voeg de citroensap- en de rasp toe en maak in de tussentijd de bouillon.
- Schenk de bouillon in de pan tot de groenten nèt onder staan. Breng aan de kook, zet het vuur lager en laat het ongeveer 20 minuutjes pruttelen.
- Roer de laatste 5 minuten de spinazie door de soep en laat slinken.
- Pureer de soep, breng het eventueel nog verder op smaak met wat peper en schenk het in de soepkommen. Garneer het met een scheutje kokosmelk, verse bieslook en de pitjes.

*Tip: mocht je van pittig houden? Voeg dan nog een theelepeltje sambal of een chili pepertje toe*



Wie zijn wij?

De voedingsacademie Business & Sports  
Brenda Frunt (06-45300399) & Marieke de Groot (06-44515114) - info@devoedingsacademie.nl  
[www.devoedingsacademie.nl](http://www.devoedingsacademie.nl)  
en voor meer inspiratie volg ons via instagram: @devoedingsacademie