



Voorgerechten

Soepen

## **Gezonde aspergeroomsoep zonder room**

**Voor 4 personen.**

### **Ingrediënten**

10 takjes peterselie (samengebonden met keukentouw)  
750 milliliters kippenbouillon  
500 gram witte asperges  
1 aardappel (in stukken)  
2 eetlepels olijfolie  
100 milliliters melk  
1 ui (fijngehakt)  
peper (witte)  
zout

### **Bereidingswijze**

Maak de asperges schoon en snij ze in stukjes van ongeveer 2,5 cm. Houd de punten en de helft van de stengels apart. Verwarm de olijfolie in een middelgrote soepketel op matig vuur. Voeg de gesnipperde ui en in de aardappelschijfjes toe. Laat 10 minuten zacht stoven tot de ui glazig wordt. Regelmatig roeren.

Doe er de helft van de aspergestengels, de bouillon en het bosje peterselie bij. Breng aan de kook en laat een 15-tal minuten sudderen tot de aardappelen gaar zijn.

Haal het bosje peterselie uit de soep en mix ze mooi glad. Zeef ze eventueel voor een optimaal resultaat. Laat daarna nog wat verder inkoken of voeg bouillon toe tot de gewenste dikte. Breng verder op smaak met peper en zout.

Voeg de rest van de aspergestukken en de -punten toe en laat nog eens 15 minuten zachtjes pruttelen. Roer er net voor het opdienen de melk onder. Verdeel de aspergetoppen over de borden en werk af met verse kruiden.

### **Keukenbenodigdheden**

Mixer

