

Ingrediënten voor 4 personen

2 grote uien; 1 teentje knoflook; 2 el olijfolie; 1 l melk; 25 g boter; 25 g bloem; 1 el tomatenpuree; 2 visbouillontabletten; 100 g gepelde Hollandse garnalen; peper; nootmuskaat; 2 el fijngeknipte bieslook

Tijd: 30-60 min.
Keuken: Nederlands
Smaak: Hartig
Soort_gerecht: Soep
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee

Garnalen-uiensoep

Hulpmiddelen

Foodprocessor, roerzeef of staafmixer

Bereidingswijze

Snipper de uien. Pel ht teentje knoflook en hak het fijn. Verhit de olie in een diepe pan en bak hierin het teentje knoflook 5 minuten op een matig heet vuur. Voeg de melk toe, breng het geheel tegen de kook aan en laat het op een laag vuur 15 minuten trekken. Smelt de boter in een grote soeppan, zonder dat de boter bruin wordt. Voeg de uien toe en bak ze op een laag vuur zachtjes glazig (ca. 5 minuten). Roer de bloem en de tomatenpuree door de uien en laat het mengsel nog 3 minuten zachtjes pruttelen (zo nu en dan even roeren). Zef het melkmengsel. Voeg eerst 1/3 van de melk al roerend aan het ui-bloemmengsel toe. Roer vervolgens de rest hiervan en de bouillontabletten erdoor. Breng de soep aan de kook. Laat de soep 10 minuten zachtjes pruttelen. Pureer de soep in een foodprocessor, mengbeker of met de roerzeef of staafmixer. Schenk de soep terug in de pan. Voeg vlak voor het opdienen de gepelde garnalen, een snufje peper en een snufje nootmuskaat toe. Strooi de bieslook erover.

Serveertips

Recept van het Nederlands Visbureau, uit de folder 'Hollandse garnalen, recepten en tips'