



## Zoete linzensoep met wortel

### Ingrediënten:

2 groentebouillonblokjes  
(probeer ze zonder suiker –of glucosestroop- of gistextract te vinden)  
2 klontjes ghee (alternatief: biologische gras- of roomboter)  
3 grote wortels  
2 grote uien  
15-18 kerstomaatjes  
optioneel: 1 rode peper voor een extra kick  
1 duimgroot stuk verse gemberwortel  
3 tenen knoflook, gepeld  
1 duimgroot stuk verse kurkuma  
2 theelepels ras el hanout  
300g rode linzen (Gewassen)  
zeezout en vers gemalen peper naar smaak  
200g gewassen verse bladspinazie

### Bereiding

Breng in een soeppan circa 1,8 liter water met de bouillonblokjes aan de kook en doe daar de boter of ghee bij. Schil ondertussen de wortels en snijd deze in stukjes. Snipper de uien. Voeg als de bouillon kookt de wortels en uien toe en kook 10 minuten. Snijd de peper superfijn en verwijder de zaadjes. (Let op: niet elke peper is even scherp. Proef even of de peper heel scherp is en bepaal dan of je de hele peper toe wil voegen) Halveer de tomaatjes en schraap met de achterkant van een theelepeltje het velletje van de gember. Snijd de gember vervolgens in flinterdunne schijfjes en voeg na de hiervoor genoemde 10 minuten de peper, ras el hanout (soort kruiden te koop in vele winkels), gember, tomaatjes en de linzen toe. Pers ook de knoflook uit boven de pan en roer goed door elkaar. Laat de soep nogmaals 10 minuten staan pruttelen of tot de linzen gaar zijn. Een korte kooktijd zorgt ervoor dat al je groenten nog lekker knapperig zijn. Zet de soepkommen klaar en leg in iedere kom een flinke handvol verse spinaziebladeren op de bodem. Hier schep je vervolgens de soep overheen totdat de kommen vol zijn en deze breng je op smaak met zout en peper. De hete soep doet de spinazie genoeg slinken maar toch behoudt de spinazie zijn structuur. Roer goed door en serveer direct.

