

Fietsen voor m'n eten - Westland

Recept : Tomatensoep met ballen

(Bron: soepexpert Linda Bosman)

Ingrediënten:

- 1 kg. Tomaten
- 300 gr. Biologisch gehakt
- 1 prei
- 2 teentjes knoflook
- Handje basilicum
- 500 ml. Water
- 2 groentebouillonblokjes
- Scheutje room
- Peper en zout

Bereidingswijze:

Tomaten in stukken snijden en koken met een klein beetje water en zout.

Prei in ringen snijden en fruiten met de knoflook.

Tomaten met de staafmixer pureren en de groentebouillon erbij doen.

De gefruite prei en knoflook erbij doen.

Balletjes van het gehakt maken en in de soep doen.

De room en als laatste de fijngesneden basilicum toevoegen.

Als de soep te dik is, naar behoefte water toevoegen. Op smaak maken met peper en zout.

Variatietip:

2 Uien in plaats van prei, toevoegen naar keuze voor of na het pureren.

Voeg een rode paprika toe om de soep wat pittiger te maken.

Beweegtip:

Alle ingrediënten zijn in het Westland en omgeving al fietsend langs de weg te vinden, bij stalletjes, kwekerijen, boerderijen en kleine winkeliers. Denk bij de tomaten bijvoorbeeld aan de stalletjes van:

- Naaldwijkseweg 173 ('s-Gravenzande),
- Lans tomaten aan de Groeneweg 125 ('s-Gravenzande),
- 't Kommaatje aan de Strandweg 15 ('s-Gravenzande),
- Roel de Bakker aan de Bovendijk 67A (Kwintsheul),
- Cubalaan 25 (Poeldijk) - opbrengst gaat naar Team Westland,
- Oostbuurtseweg 38 (De Lier) - ook tomatenblend als basis voor soep.