

POSTELEIN





Postelein met chiligarnalen

- 2 eetl olijfolie
- ½ teentje knoflook, gesnipperd
- ½ ui, gesnipperd
- 2 eetl witte wijn
- 250 ml bouillon, vers of van een blokje
- 1 kleine aardappel, geschild, in kleine blokjes
- ½ bosje radijs, in plakjes (paar bewaren voor topping)
- 100 g postelein (paar takjes bewaren voor topping)
- 2 rauwe garnalen
- ½ eetl chilipoeder

1. Verwarm 1 eetl olie en fruit knoflook en ui. Blus af met wijn en voeg de bouillon toe.
2. Breng aan de kook en voeg de aardappel toe. Laat in 10 minuten gaar worden.
3. Voeg radijs en postelein toe en laat heel kort meekoken.
4. Pureer met een staafmixer en verwarm nog even.
5. Bak intussen de garnalen in 1 eetl olijfolie met chilipoeder tot ze roze zijn.
6. Top met garnalen, postelein en paar plakjes radijs.

Postelein

Postelein is helaas een beetje een 'vergeten' groente, maar daar lijkt gelukkig wat verandering in te komen. Dat is maar goed ook, want de bladgroente heeft een verrukkelijke friszure smaak en is een goede bron van plantaardig ijzer.



Snijdt de garnalen in kleine stukjes en serveer in een glaasje als amuse.



Postelein met yoghurt

- 1 eetl olie
- ½ ui, gesnipperd
- ½ prei, in ringen
- 1 kleine aardappel, geschild, in stukken
- 300 ml groentebouillon, vers of van een blokje
- 100 g postelein
- 2 eetl yoghurt
- ½ theel kerrie
- zout en peper

1. Verwarm de olie en fruit de ui, prei en aardappel even aan.
2. Voeg de bouillon toe en laat 10 minuten koken. Voeg dan de postelein toe en laat niet meer koken.
3. Pureer met een staafmixer en breng op smaak met zout en peper.
4. Meng de yoghurt met de kerrie en serveer dit los erbij.



Doop geroosterd pitabrood in de yoghurt. Ook lekker om mee te nemen.



Postelein met ham en babymais

- 2 eetl olie
- ½ ui, fijngesnipperd
- 250 ml kippenbouillon, vers of van een half blokje
- 100 g postelein, 50 g apart houden
- 2 eetl room
- ½ citroen, uitgeperst
- ½ gekookte aardappel, in blokjes
- 25 g ham, in blokjes
- ½ prei, in heel dunne ringen
- 50 g babymais

1. Verwarm 1 eetl olijfolie, fruit de ui en blus af met de kippenbouillon.
2. Laat zachtjes koken en voeg de 50 g postelein toe.
3. Kook ongeveer 1,5 minuut en doe er de room bij.
4. Voeg het citroensap toe en pureer met een staafmixer.
5. Top met de aardappelblokjes, ham, prei en babymais.



Serveer als soep en zet de topping in bakjes op tafel en laat ieder het zelf aanvullen.