

42. Speciale Franse uiensoep

Aantal personen: 4

- • 500 gram uien
- • 1 teentje knoflook
- • 2 eetlepels olijfolie
- • 2 eetlepels bloem
- • 1 liter bouillon (blokjes)
- • versgemalen peper
- • 4 sneetjes stokbrood
- • 100 gram geraspte 30+ kaas

Snijd de ui in ringen en snipper de knoflook.

Verhit de olijfolie en fruit hierin de uien en knoflook tot ze goudgeel zijn. Voeg dan de bloem toe en laat deze ook even meebruinen (lichtbruin van kleur worden, maar niet verbranden). Schenk er dan geleidelijk, en onder voortduren roeren, de bouillon bij, zodat een gebonden soep ontstaat. Doe het deksel op de pan en laat de soep op laag vuur ca. 20 minuten zachtjes trekken.

Voeg pas dan versgemalen peper en zout naar smaak toe.

Rooster de sneetjes stokbrood of bak ze in de boter lichtbruin. Leg een sneetje brood onderin ovenschalen, schenk hierover de uiensoep en verdeel er rijkelijk de geraspte kaas over. Zet de ovenschalen ca. 10 minuten in een voorverwarmde oven op 200° C of onder een voorverwarmde grill, zodat de kaas mooi goudbruin wordt.

. Lekker met 1 volkoren pistolet

Bevat per kom soep: 185 kcal.