

43. Erwtensoep voor een gure dag

Aantal personen: 4

- . 500 gram spliterwten
- . 250 gram magere spekjes
- . 1 magere rookworst (of eventueel Gelderse worst)
- . 4 gesnipperde uien
- . 1 winterwortel (in plakken)
- . 1 selderijknol (in blokjes)
- . 2 preien (in ringen)
- . 2 aardappelen (in blokjes)
- . versgemalen peper

Was de erwten en zet ze op met "ruim" 1,5 liter water. Bak de magere spekjes. Doe vervolgens de spekjes bij de erwten in de pan en breng dit aan de kook. Laat het geheel zachtjes koken (aanbranden erwten voorkomen!), en voeg na een half uurtje de uien en de rest van de groenten toe. Voeg versgemalen peper en zout naar smaak toe en laat de soep, met het deksel op de pan, op laag vuur nog 1 uur zachtjes doorkoken.

Laat de magere rookworst 20 minuten meetrekken of kook hem apart als hij in plastic is verpakt. Snijd de worst in schijfjes en voeg deze aan de soep toe.

Bevat per kom soep 285 kcal.