



Bruine bonensoep

Wij zijn gek op goed gevulde maaltijdsoepen die je binnen een half uur op tafel hebt staan. En nu het winter is maken we gretig gebruik om weer al die lekkere wintermaaltijdsoepen te eten, zoals erwtensoep, goulashsoep en deze bruine bonensoep. Deze bruine bonensoep leerde mijn moeder me maken en komt iedere winter weer voorbij. We maken een grote pan waarvan we de soep die overblijft invriezen. Op deze manier kunnen we de hele winter van de bruine bonensoep genieten, terwijl we hem maar een keer hebben gemaakt.

Soep krijgt Dylan alleen als ik voor hem kinderbouillon gebruik, in onze bouillon zit namelijk veel te veel zout. Bij Eliza-Jane voeg ik aan het bord trouwens ook altijd een klets water toe. Niet alleen om de soep terug te koelen, maar ook om hem minder zout te maken. Deze bonensoep sloeg Dylan nog maar even over. Maar je kunt in principe de runderbouillon vervangen door kinderbouillon, ik heb hiervan een [groente-](#) en [runderbouillon](#) variant online staan. Gelukkig heb ik altijd andere babyhapjes in de vriezer staan die ik er op dit soort momenten voor hem uithaal.

Ingrediënten voor 2 liter bruine bonensoep:

- 2 blikken bruine bonen (800 gram)
- 1 paprika
- 1 prei
- 1 liter runderbouillon (1 liter water en 3 runderbouillonblokjes)
- 250 gram rundergehakt
- 2 laurierbladeren
- 2 kruidnagels
- 1 à 2 eetlepel ketjap manis
- Olie
- Peper
- Zout

Was de prei goed en snijd deze in stukjes. Dat gaat gemakkelijk door de prei in de lengte te halveren, snijd deze ook nog eens een paar keer in de lengte in, maar niet

helemaal tot het uiteinden. Op deze manier kun je gemakkelijk stukjes snijden van de prei, terwijl hij goed blijft liggen omdat het uiteinde het nog bij elkaar houdt. Indien nodig doe de prei in een vergiet en was hem nog eens een keer goed.

Was de paprika verwijder de zaadjes en snijd deze in blokjes.

Verwarm je soeppan met een scheut olie en bak daar de prei en paprika in.

Voeg na ongeveer 5 minuten de bouillon, laurier en kruidnagels toe. Doe een blik bruine bonen in een zeef en spoel deze af. Voeg de afgespoelde bruine bonen toe aan de bouillon.

Pureer de andere bruine bonen met behulp van een staafmixer of keukenmachine. Deze bruine bonen giet en spoel je niet af. Voeg de gepureerde bruine bonen ook toe aan de soep.

Laat de soep 20 à 25 minuten trekken.

Bak het gehakt rul en breng deze op smaak met peper, zout en ketjap. Voeg ook het gehakt toe aan de soep.

Breng tot slot de soep op smaak met peper en zout.