

Nieuwe groenten – cressen lunch

## **BOUILLON SOJASAU, KAFIER EN PIMENT. COURGETTE, GEITENKAAS EN LEMONCRESS.**

Voor 4 personen

### **Bouillon :**

2 dl water

2 el sojasaus

een stukje rode Spaanse peper zonder zaadjes, ca. 2cm

1 kafirblad

stukje verse gember

1 courgette

### **balletjes :**

250 g verse geitenkaas (vaste)

2 courgettebloemen

### **garnituur :**

lemon cress

**bouillon :** voeg alle vaste ingrediënten toe aan het water met de sojasaus en laat goed opkoken. Neem de pan van het vuur en laat een kwartiertje afkoelen. Verwijder nadien het kafirblad, de gember en de rode peper. Nu heeft de bouillon veel smaak.

**Courgette :** snij in brunoise, kleine blokjes. Breng de bouillon terug aan de kook en neem onmiddellijk van het vuur. Laat de courgetteblokjes hierin mee afkoelen.

**Balletjes :** maak kleine balletjes met de geitenkaas en rol ze in de fijngesneden courgettebloemen.

Werk af met de lemoncress en zwarte peper van de molen.

### TIP!

Cressen, scheuten en kiemen mogen we onder de nieuwe groenten tellen. Ze zitten vol vitamines, mineralen en parfums, en maken echt een verschil qua smaak in een bereiding. Scheuten en kiemen hebben dan nog een extra troef door hun aangename structuur. Meng verschillende van deze nieuwe groenten en je bekomt een ware smaakbom!

