

Minestrone



Hoofdgerecht

Maaltijdsoep

4 personen

Land: Italië

Vorbereiding: 30 minuten **Bereiding:** 105 minuten

Seizoen: het hele jaar door



Ingrediënten

- 1 dl olijfolie
- 100 gram pancetta of ontbijtspek
- 2 uien in dunne ringen gesneden
- 3 worteltjes in plakjes
- 3 stengels bleekselderij in dunne plakjes gesneden
- 1 kleine courgette overlangs in vieren en daarna in blokjes gesneden
- 3 aardappelen in blokjes gesneden
- 100 gram sperziebonen in stukjes
- handvol peterselie
- 2 liter bouillon
- 1 blik van 400 gram gepelde tomaten

- 1 handvol verse of diepvries doperwten
- 400 gram berlotti, cannellini of witte bonen uit blik of pot
- 150 gram Parmezaanse kaas aan een stuk met korst (Parmigiano Reggiano of Pecorino)
- 150 gram dunne pasta (buisjes of spiraaltjes)
- verse of gekochte pesto, brood (ciabatta) en olijfolie voor op tafel
- peper en zout

Bereidingswijze

1. Verhit in een grote soeppan de olijfolie met in kleine blokjes gesneden pancetta. Voeg, als de pancetta begint te kleuren, de uiringen toe en laat die op zacht vuur gaar, maar niet bruin worden. Voeg wortel, bleekselderij, courgette, aardappel, sperziebonen en de peterselie toe. Laat vijf minuten stoven, roer af en toe. Schenk er nu de bouillon bij, van groente, rund of blokjes en een blik tomaten, klein gesneden, met het sap. Voeg de doperwten toe. Laat de soep aan de kook komen. Rasp intussen de Parmezaanse kaas, bewaar de kaas in een kom en doe de korst bij de soep.
2. Laat de soep, met deksel op de pan, ruim twee uur zachtjes koken. Doe er daarna de boontjes bij. Verwijder de kaaskorst, doe peper bij de soep en misschien zout. De soep moet dik zijn, maar genoeg vocht bevatten om de pasta in te koken: voeg eventueel extra bouillon toe. Zet het vuur iets hoger, en voeg de pasta toe. Laat koken tot de pasta gaar is, niet langer. Roer er tot slot een half ons van de geraspte kaas door.
3. Zet de soep op tafel, met daarnaast een kommetje pesto, de rest van de kaas, brood en een flesje olijfolie. Iedereen brengt daarmee zelf zijn kom soep op smaak.

Tenslotte

Minestra is Italiaans voor soep, minestrone is maaltijdsoep. Minestrone wordt ook wel "de grote soep" genoemd door de vele ingrediënten welke het kan bevatten. Er bestaat geen echt recept voor minestrone, omdat het wordt bereid met de verse groenten die in een bepaald seizoen voorhanden zijn. Vroeger werd het vaak gemaakt van groenten die overbleven van de bereiding van andere gerechten — een kliekjessoep dus. Het maakt eigenlijk weinig uit wat je er precies instopt, als het maar een paar verschillende soorten groente zijn, bonen en pasta. Een van de lekkerste variaties die ik er zelf ooit op maakte, was toen een aardige Italiaanse traiteur mij een Parmaham-been meegaf. Wat er nog aan vlees aanzat gaf de minestrone een goddelijk rijke smaak. Bovenstaand recept is voor de zomer. Hoe dan ook, schroom dus niet om aan bovenstaand recept je eigen draai te geven. Tot slot **Vegetarische Minestrone** voor 3 personen. Snijdt 2 stengels selderij, 2 worteltjes en 1 ui redelijk klein. Verwijder van 1/4 savooien of (groene) kool de stronk en snijd in repen, of gebruik voor het gemak 400 gr Italiaanse roerbakgroenten. Bak de groenten op hoog vuur een minuut of wat in een scheut olijfolie. Doe er dan 400 ml tomaten (blik) in stukjes, 1 pot witte bonen (360 gr) met het vocht, 2 groentebouillonblokjes en 1 liter water bij. Kook een kwartier en voeg er dan een handjevol bladpeterselie, handjevol basilicum en een takje rozemarijn en 100 gr korte pasta toe. Kook tot die al dente is. Serveer met brood, pesto en Parmezaanse kaas