

Velouté de champignons et rutabagas

- 1 gros rutabaga
- 1 kg de champignons
- 1 oignon
- Huile d'olive
- Graines de sésame
- Crème de soja ou avoine (20 cl)
- Sel
- Poivre
- Eau

Emincer l'oignon et le faire revenir dans l'huile d'olive.
Pendant ce temps, laver et couper en morceaux le rutabaga et les champignons, faire revenir le tout pendant 5 minutes dans la même casserole.
Ajouter l'eau jusqu'à ce qu'elle couvre tout juste les légumes.
Cuire le tout jusqu'à ce que les légumes soient tendres (piquer de temps en temps avec un couteau pour vérifier).
Mixer avec la crème et assaisonner.
Servir ce velouté dans des bols et parsemer avec les graines de sésame.

Velouté van champignons en koolraap

- 1 dikke koolraap
- 1 kg champignons
- 1 ui
- Olijfolie
- Sesamzaad
- Soja- of haverroom (20 cl)
- Zout
- Peper
- Water

Snij de ui fijn en fruit hem in olijfolie.
Was ondertussen de koolraap en de champignons en snijd ze in stukken, fruit alles gedurende 5 minuten in dezelfde kookpot.
Voeg water toe totdat de groenten net onder water staan.
Kook het geheel totdat de groenten zacht zijn (prik af en toe met een mes om te controleren).
Mix met de room, en breng op smaak.
Dien deze velouté op in kommen en bestrooi met de sesamzaadjes.