

### **Zelf bottenbouillon maken**

Zo maak je zelf bottenbouillon: neem runderbotten of kipkarkassen, deze kosten maar een paar euro. Zet ze onder water in een soeppan, voeg een eetlepel peperkorrels en een scheut appelciderazijn toe en laat dit 12-24 uren (rund) of 6-12 uren (kip) pruttelen. Een slowcooker is hierbij erg handig, je hebt er geen omkijken naar en kan 's nachts aan blijven staan. Zet de slowcooker op high. Na 20 minuten koken kun je de kip karkassen er eventueel nog uithalen en pellen: je zult verrast zijn hoeveel vlees hier nog van af te halen is! Om later weer aan soep toe te voegen, of ergens anders in te verwerken. Het laatste half uur kun je desgewenst nog wat gesneden soepgroente, zeewier (*kombu*) of kruiden toevoegen. Zeef de bouillon daarna en laat hem afkoelen. (Je zult zien dat hier dan een laagje vet op verschijnt. Dit kun je er af scheppen en weer gebruiken om vlees in te bakken!) De bouillon kun je zo in kleine porties drinken, of toevoegen aan je groentesoep. Je kunt het makkelijk invriezen, bijvoorbeeld in porties van 100-200 ml, zodat je altijd wat op voorraad hebt voor een volgende soep die je maakt.