



260 gram
groenten per
portie *

Vichyssoise (soep) met mosselen

prei en aardappels

Vichyssoise is een bekende Franse aardappel-preisoep, die je zowel koud als warm kunt eten. Je mag zelf kiezen! We serveren hem in dit gerecht warm met heerlijke romige crème fraîche, kerrie, verse dille en - je raadt het nooit - biologische mosselen! Simpel in haar eenvoud, goddelijk in haar uitwerking. Geniet!

35 min | 607 kcal

Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

1P 2P 3P 4P

Aardappels, kruimig	g	150	300	450	600
Prei	st	1	3	4	6
Ui	st	1	2	3	4
Knoflookteen	st	1	2	3	4
Citroen-kerriepoeder	tl	1	2	3	4
Mosselen	g	275	550	850	1100
Citroen	st	0.25	0.5	1	1
Crème fraîche	ml	50	100	125	200
Verse dille	st	0.25	0.5	1	1

zelf toevoegen:

Bouillon	ml	250	500	750	1000
Roomboter	g	10	15	20	30
Olijfolie	el	0.5	1	1.5	2

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht online met #ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Was of schil de aardappels en snijd klein. Halveer de prei in de lengte, spoel onder de kraan en snijd klein. Pel en snipper de ui en knoflook. Bereid de bouillon.
2. Smelt de boter en olijfolie in een soeppan en bak de prei, ui en knoflook 2-3 minuten. Voeg de citroen-kerriepoeder toe. Schep een beetje prei uit de pan en bewaar voor de garnering. Doe nu de aardappels in de pan en schenk de bouillon erbij. Laat 20 minuten zachtjes koken.
3. Breng ondertussen in een andere (afsluitbare) pan een klein laagje water aan de kook. Spoel de mosselen goed af en verwijder de eventueel gebroken exemplaren. Voeg de mosselen toe aan de pan en stoom afgedekt een paar minuten op een hoog vuur. Schud een paar keer. Rasp de citroen boven de mosselen en knijp de citroen uit boven de ander pan met soep.
4. Pureer de soep met de crème fraîche en het kookvocht van de mosselen. Proef en breng op smaak met peper en zout. Verdeel de soep over de borden en schep de mosselen, verse dille en eventueel wat prei erop.

Tip: Ben jij gek op mosselen, maar jouw tafelgenoot niet? Eet dan zelf lekker de mosselen op en geef hem/haar een gekookt eitje erbij, dat is ook errug lekker!

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

