



Vichysoise (soep) met mosselen

prei en aardappels

Vichysoise 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 | 592 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	<i>g</i>	150	300	450	600
Prei	<i>st</i>	1	3	4	6
Ui	<i>st</i>	1	2	2	3
Knoflookteen	<i>st</i>	1	2	2	3
Mosselen	<i>g</i>	275	550	850	1000
Citroen	<i>st</i>	0.25	0.5	1	1
Crème fraîche	<i>ml</i>	50	100	125	200
Verse dille	<i>st</i>	0.25	0.5	0.75	1
<i>zelf toevoegen:</i>					
Bouillon	<i>ml</i>	250	500	750	1000
Kerriepoeder	<i>tl</i>	1	2	3	4
Boter	<i>el</i>	0.5	1	1.5	2
Olijfolie	<i>el</i>	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 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. Stoom de mosselen afgedekt een paar minuten op een hoog vuur en schud een paar keer. Rasp de citroen boven de mosselen en knijp het citroensap uit boven de andere 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

