



310 gram
groenten per
portie *

Pinda-kokossoep met crispy chili olie

met bosui en radijskiemen

Een heerlijke soep met veel eigen keuze. Pindasoep is een exotische soep die heerlijk geurig is en goed vult. On top: een fantastische umami crispy (krokante) chili (pittige) olie van Amaizin. Die blijft voortaan standaard op tafel staan!

25 min | 845 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
Zilvervliesrijst	<i>g</i>	75	150	225	300
Radijskiemen	<i>g</i>	25	50	75	100
Knoflookteen	<i>st</i>	0.5	1	1.5	2
Gember	<i>tl</i>	0.5	1	1.5	2
Wortel	<i>g</i>	125	250	375	500
Pindakaas	<i>g</i>	25	50	75	100
Kokosroom	<i>g</i>	80	160	240	320
Limoen	<i>st</i>	0.25	0.5	0.75	1
Bosui	<i>bos</i>	0.25	0.5	0.75	1
Crispy chili olie	<i>g</i>	15	30	45	60
<i>zelf toevoegen:</i>					
Olie	<i>el</i>	1	1	2	2
Water	<i>ml</i>	400	800	1200	1600
Zout					

**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. Breng een pan met water en een snuf zout aan de kook en kook de rijst in 12-14 minuten gaar. Giet het water af en zet afgedekt opzij zodat de rijst verder kan garen. Meng de radijskiemen erdoorheen.
2. Pel de knoflook en snijd klein. Schil de gember en rasp de gember. Schil de wortels en snijd klein. Verhit de olie in een kookpan en bak de knoflook, gember en wortel een paar minuten.
3. Voeg de pindakaas en kokosroom toe en schep om. Voeg het water toe, roer goed om en breng aan de kook. Temper het vuur en laat 15 minuten koken.
4. Pureer indien gewenst, maar dat hoeft niet. Snijd de bosui in ringetjes en de limoen in partjes. Schep de rijst met radijskiemen in een kom, schep de kom vol met soep en laat iedereen aan tafel zelf kiezen uit de de bosui, limoen en crispy chili olie.

Tip: Zet allemaal leuke bakjes op tafel met de rijst, crispy chili olie, bosui en limoen en laat iedereen zelf opscheppen. Heel gezellig en de volgende dag misschien nog lekkerder...

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

