

Oosterse pindasoep met rijst en ei

wortel en taugé

Deze pindasoep is een uitvinding die geliefd is bij iedereen. De zachte, subtiele smaak, afgerond met lekkere toppings naar keuze, maken deze soep een allemansvriend. En makkelijk op tafel gezet.

25 min | 705 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
Witte rijst	g	75	150	225	300
Kurkuma (verse)	tl	1	2	3	4
Rode ui	st	1	1	2	2
Gember (verse)	tl	1	2	3	4
Wortel	g	200	400	600	800
Bosui	bos	0.5	1	1.5	2
Eieren	st	1	2	3	4
Taugé	bakje	0.25	0.5	1	1
Pindakaas	g	25	50	75	100
Limoen	st	0.25	0.5	1	1
zelf toevoegen:					
Groentebouillon	ml	400	800	1200	1600
Olie	el	1	1	2	2
Sambal	tl	0.5	1	1.5	2
Ketjap	el	0.5	1	1.5	2
Zout en (chili)peper					

**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. Spoel de rijst in een zeef onder de kraan en kook afgedekt in 10-12 minuten gaar. Schil de kurkuma en rasp boven de pan (let op kurkuma geeft erg af aan je handen). Giet het water af en houd warm.
2. Pel en snipper de ui en rasp de gember. Was of schil de wortels en snijd klein. Bereid de bouillon. Verhit olie in een soeppan en fruit de ui en gember 2 minuten. Voeg dan de wortels toe en bak 2 minuten mee. Schenk de bouillon erbij en breng aan de kook. Temper het vuur en laat 15 minuten zachtjes koken.
3. Was intussen de bosui en snijd in dunne ringetjes. Breng een klein pan met water aan de kook en kook de eieren in 8 minuten hard. Was de taugé in een zeef onder de kraan en schenk het kokende water erover als je de eieren koud afspoelt. Spoel de taugé direct af onder de koude kraan zodat het gaar proces stopt.
4. Voeg de pindakaas, sambal en ketjap toe aan de soeppan en pureer met een staafmixer tot een gladde soep (schep eventueel wat wortel eruit voor garnering).
5. Serveer de soep met de bosui, taugé, rijst, eieren en limoenpartjes erop.

Tip: Serveer de soep, rijst, eieren, bosui en taugé apart. Iedereen kan dan zelf zijn 'eigen' soep samenstellen.

Biologisch

info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief