www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 12
2015

Maak een foto van je gerecht en deel deze via De mooiste foto krijgt een verrassing!

Kokossoep met rijstvermicelli en Thaise basilicum

Geserveerd met versgebrande cashewnoten van onze notenleverancier Jan Gotjé

De rijstvermicelli, gemaakt van mungbonen, zorgt voor een goed gevulde soep. Geef je de voorkeur aan een lichtere soep? Gebruik dan minder rijstvermicelli. Maak het portioneren gemakkelijk, door de vermicelli eerst in een kom met kokend water te laten wellen. Dol op pittig eten? Gebruik dan meer rode peper!

- 25-30 min
- gemakkelijk
- lactosevrij
- glutenvrij
- pittig

Gember

Rode peper

Koolraap

Champignons

Bosui

Kokosmelk

Rijstvermicelli

Cashewnoten

Thaise basilicum

Ingrediënten	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Gember (5 cm) ⊕	¼	½	¾	1	1	1
Rode peper	¼	½	½	¾	1	1
Koolraap (g) ⊕	125	250	375	500	625	750
Champignons (g) ⊕	75	125	200	250	325	400
Bosui	2	4	5	6	7	8
Kokosmelk (ml)	150	250	350	450	550	650
Rijstvermicelli (g)	50	100	150	200	250	300
Cashewnoten (g) 8) 19)	20	40	60	80	100	120
Thaise basilicum (blaadjes) ⊕	2	3	4	5	6	7
Groentebouillon (ml)*	500	1000	1500	2000	2500	3000
Zonnebloemolie (el)*	1	1	2	2	3	3
Peper & zout*	Naar smaak					

⊕ Dit gebruik je ook in een ander recept
* Zelf toevoegen

Allergenen
8) Noten
Kan sporen bevatten van 19) Pinda's

Benodigdheden
Wok of soeppan met deksel

Voedingswaarden Calorieën: 558 kcal | Eiwit: 13 g | Koolhydraten: 52 g | Vet: 32 g, verzadigd vet 15 g | Vezels: 5 g

1 Bereid de bouillon. Schil de gember en snijd fijn. Verwijder de zaadlijsten van de rode peper en snijd fijn. Schil de koolraap en snijd in blokjes van een ½ cm en snijd de champignons in plakken. Snijd de bosui in ringen. Roer de kokosmelk goed door (zie tip).

2 Verhit de zonnebloemolie in een wok of soeppan met deksel en fruit de gember en rode peper 1 minuut op middelmatig vuur. Schenk de kokosmelk en ongeveer 400 ml bouillon per persoon in de pan. Voeg de koolraap toe, dek de pan af en breng aan de kook. Kook de soep 10 minuten op matig vuur. Voeg halverwege de champignons en het grootste deel van de bosui toe en voeg in de laatste 3 minuten de rijstvermicelli toe.

3 Hak ondertussen de cashewnoten grof en scheur de Thaise basilicum klein.

4 Verdeel de soep over de kommen en garneer met de cashewnoten, basilicum en achtergehouden bosui. Voeg naar wens meer bouillon toe om de soep vloeibaarder te maken.

Tip! De kokosmelk kan eventueel klonten vormen. Dit betekent niet dat de melk niet meer goed is. De klonten zijn de vetbestanddelen van de kokosmelk die voor een extra volle smaak zorgen.