

MARLEY SPOON



Tom yam-bouillon met heekfilet

met noedels, citroengras en paksoi



ca. 35min



2 personen

Tom yam is een bekend Thais gerecht. Deze rijke soep staat bekend om zijn verrassende combinatie van de smaken pittig en zuur. Wij maken van die soep een stevige tomatenbouillon met paksoi en noedels die zeker niet onderdoet voor het origineel. De traditionele garnalen vervangen we met gebakken heekfilet en we brengen de bouillon op smaak met citroengras, Indonesische kruiden, vissaus, limoensap en verse koriander en dille.

Wat je van ons krijgt

- 2 heekfilets ⁴
- 2 zakjes Indonesische kruidenmix
- 1 ui
- 1 stengel citroengras
- 3 tomaten
- 1 teen knoflook
- 1 blikje tomatenpuree
- 20g verse kruidenmix: koriander en dille
- 1 onbehandelde limoen
- 1x babypaksoi
- 20ml vissaus ⁴
- 100g glasnoedels

Wat je thuis nodig hebt

- 1 el boter ⁷
- ½tl honing
- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- grote kookpan
- waterkoker
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

vis (4), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 513kcal, vet 17.3g, koolhydraten 63.7g, eiwit 27.0g



1. Vis bakken

Spoel de **heekfilets** af met koud water, dep droog met keukenpapier en controleer de **vis** op graten (gebruik evt. een pincet). Wrijf de **vis** rondom in met de **helft van de Indonesische kruidenmix** en een flinke snuf peper en zout. Verhit een grote kookpan met 1el plantaardige olie op medium tot hoog vuur. Bak de **vis** 4-6min per kant.



4. Tomaten meebakken

Voeg nu **⅔ van de tomatenblokjes** toe en bak ca. 5min mee onder regelmatig roeren tot ze uit elkaar vallen. Snijd de **verse kruidenmix incl. steeltjes** grof. Halveer de **limoen** en pers **een helft** uit en snijd de **andere helft** in partjes. **Verwijder de harde onderkant van de __paksoi** en snijd de **bladeren** in de lengte doormidden.



2. Ingrediënten voorbereiden

Pel en halveer de **ui** en snijd fijn. Snijd het **witte deel** van de **citroengrassengel** in flinterdunne plakjes. Tip: Bewaar het **groene deel** van de **citroengrassengel** voor een kopje thee. Haal de **vis** uit de kookpan en leg apart. Zet het vuur middelhoog en smelt 1el boter in dezelfde pan.



5. Bouillon koken

Doe de **groenten, limoensap** en **vissaus** in de pan en blus af met 500ml water. Voeg de **helft van de verse kruiden** en de **paksoi** toe en breng aan de kook. Zet vervolgens het vuur helemaal laag en laat 5-7min pruttelen. Voeg de **rest van de tomatenblokjes** toe aan de **bouillon** en verwarm ca. 2min.



3. Bouillon bereiden

Doe de **ui** en **citroengras** met een flinke snuf zout in de pan en fruit in ca. 5min glazig. Schep regelmatig om. Snijd de **tomaten** in grove stukken. Pel de **knoflook** en snijd of rasp fijn. Voeg de **tomatenpuree**, de **rest van de Indonesische kruidenmix**, de **knoflook** en ½tl honing toe aan de kookpan en bak ca. 2min mee tot de tomatenpuree donkerder wordt.



6. Noedels garen

Kook ruim water voor de **noedels** in een waterkoker. Bedek de **noedels** met heet water en laat 3-5min garen. Giet af en laat uitlekken in een zeef. Breng de **tom-yam bouillon** op smaak met peper, zout en evt. meer honing en verdeel met de **noedels** over diepe borden. Leg de **heekfilets** in de **bouillon** en garneer met de **rest van de verse kruiden**. Serveer met de **limoenpartjes**.