



Pittige Peruaanse kippensoep

met paprika, rijst en koriander



30-40min



2 personen

Met onze gerechten nemen we je graag mee de wereld over. Dit keer belanden we in Peru. Dit Zuid-Amerikaanse land staat bekend om zijn kleurrijke gerechten en ingrediënten als maïs en eifruit, een soort mango die kaneelachtig smaakt. Wij bedachten een heerlijk pittige kippensoep gevuld met typisch Peruaanse ingrediënten als koriander en limoen. Lekker!

Wat je van ons krijgt

- 1 wortel
- 1 kipfilet
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 1 sachet komijnpoeder
- 150g basmatirijst
- 1 ui
- 2 tenen knoflook
- 1 groene paprika
- 1 verse chilipeper
- 20g verse koriander
- 1 limoen
- 1 bosui

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- maatbeker
- middelgrote kookpan
- zeef
- middelgrote koekenpan
- staafmixer

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

Kooktip

Wil je sneller aan tafel? Kook het water dan eerst in een waterkoker of gebruik lauwarm water.

Allergenen

Kan sporen van allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 561kcal, vet 10.3g, koolhydraten 71.4g, eiwit 39.9g



1. Kip koken

Breng 1,2L licht gezouten water in een middelgrote kookpan aan de kook **zie tip, links**). Snijd de **wortel** in dunne schijfjes en voeg ze samen met de **kip**, het **bouillonpoeder** en **1tl komijn** aan de pan toe zodra het water kookt. Was de **basmatirijst** grondig in een zeef en voeg het aan de kokende **bouillon** toe. Kook 12-15min op matig vuur en haal de **kip** er dan uit.



4. Salsa maken

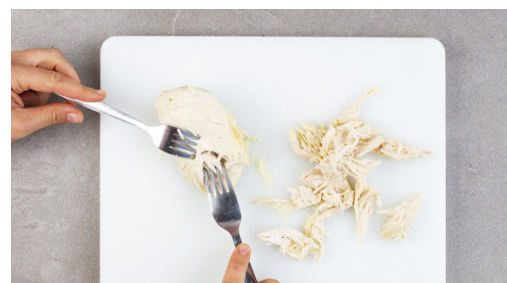
Schep het **ui-paprikamengsel** in een hoge (maat)beker en voeg **3/4e van de koriander** toe. Pureer glad met een staafmixer. Halveer de **limoen**. Pers **een limoenhelft** boven de **salsa** uit en roer door. Proef en breng de **salsa** op smaak met peper en zout naar wens.



2. Groenten snijden

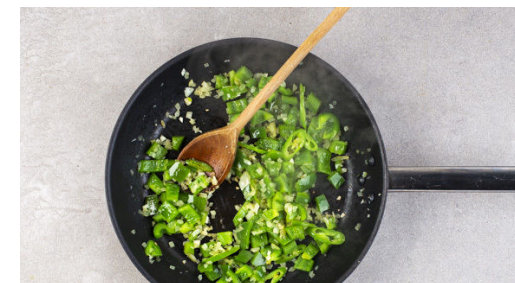
Pel en hak de **ui** en **knoflook** fijn. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in blokjes. Snijd de **chilipeper** in dunne ringen.

Tip: houd je niet van pittig? Verwijder dan de zaadlijsten van de **peper**.



5. Kip scheuren

Scheur de **kip** met twee vorken in kleine reepjes en voeg ze aan de soeppan toe.



3. Ui en paprika bakken

Verhit 1el olijfolie in een middelgrote koekenpan op middelhoog-hoog vuur. Voeg de **ui**, **paprika**, **knoflook** en **2/3e van de chilipeper** met 1/2tl zout toe en bak 4-5min totdat de **ui** zacht en iets bruin is.



6. Toppings voorbereiden

Hak de **rest van de koriander** fijn. Snijd de **2e limoenhelft** in partjes. Snijd de **bosui** in dunne ringen. Roer de **salsa** door de **soep**. Proef en breng de **soep** op smaak met 1tl zout en peper. Schep de **soep** in kommen en garneer met de **bosui** en **rest van de chilipeper**. Geef de **limoenpartjes** erbij om over de **soep** uit te knijpen.