



Supersnel V2: Vegetarische borscht

met "goulash" en gebakken uitjes



binnen 20min



2 personen

De soep van vandaag is niet alleen lekker hartig maar ook heerlijk verwarmend dankzij de aardse smaken van rode biet en aardappel. Wij hebben ons laten inspireren op de Baltische borscht variant "Beetenbartsch" maar houden het vegetarisch en voegen er vegan rundergoulash aan toe. Met een schepje verfrissende yoghurt en dille er bovenop, en een handje gebakken uitjes om het af te maken - een feestmaal, geniet!

Wat je van ons krijgt

- 250g voorgekookte rode bieten
- 200g preiringen
- 1 blikje tomatenpuree
- 2 zakjes goulashkruiden
- 1 zakje voorgegaarde kruimige aardappels
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 10g verse dille
- 1x vegan stoofvlees ^{1,6}
- 1 kuipje yoghurt ⁷
- 1x gebakken uitjes ¹

Wat je thuis nodig hebt

- 1el boter ⁷
- peper en zout
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan met deksel
- kleine kookpan
- maatbeker
- aardappelstamper

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

Allergenen

gluten (1), soja (6), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 780kcal, vet 25.9g, koolhydraten 91.6g, eiwit 36.8g



1. Bieten voorbereiden

Giet de **rode bieten** af en snijd ze in vieren.



2. Prei bakken

Verhit een middelgrote kookpan op medium tot hoog vuur met 1el boter en bak de **prei** met een snuf zout ca. 2min. Voeg dan de **tomatenpuree** en de **helft van de kruidenmix** toe en bak nog ca. 2min.



3. Soep koken

Schenk 600ml heet water in de pan en voeg de **rode bieten**, de **aardappels** en het **bouillonpoeder** toe. Leg een deksel op de pan en laat de **soep** 8-9min zachtjes koken, tot de **aardappels** volledig gaar zijn.



4. Dille hakken

Hak de **harde steeltjes van de dille** grof en voeg ze toe aan de **soep**. Hak de **rest van de dille** ook grof en houd apart.



5. Goulash opwarmen

Scheur of snijd het **vegan stoofvlees** evt. in kleinere stukjes. Warm het **vegan stoofvlees incl. saus** 2-3min op in een kleine kookpan op middelhoog vuur, tot het volledig doorverwarmd is.



6. Afmaken en serveren

Stamp de **aardappels** en de **rode biet** grof met een aardappelstamper. Breng de **soep** op smaak met 1el azijn, **meer kruidenmix naar smaak**, en peper en zout. Serveer de **borscht** met de **goulash** en een schepje **yoghurt**. Bestrooi met de **gebakken uitjes** en de **rest van de dille**.