



## Mexicaanse bonensoep

met guacamole en limoensalsa



ca. 25min



2 personen

Deze hartige bonensoep met cherrytomaten, rode paprika en pittige chilipeper is lekker snel klaar. Nu denk je misschien bij een bonensoep aan een zwaar-op-de-maag-soepje, maar je hebt zeker voldoende variatie door jouw kommetje met verfrissende limoensalsa en plakjes romige avocado te toppen. De knapperige tortillachips maken het af.

## Wat je van ons krijgt

- 1 rode paprika
- 1x cherrytomaten
- 1 teen knoflook
- 1 rode ui
- 1 verse chilipeper
- 1 zakje tex-mexkruiden
- 10g verse koriander
- 1 limoen
- 2 blikken zwarte bonen
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1x wraps<sup>1</sup>
- 1 bakje milde guacamole

## Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

## Kookgerei

- oven
- middelgrote kookpan
- fijne keukenrasp
- zeef
- maatbeker
- staafmixer
- 2 bakplaten

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

### Allergenen

gluten (1). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 922kcal, vet 35.0g, koolhydraten 115.5g, eiwit 29.8g



### 1. Groenten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 180°C. Breng 400ml water aan de kook in een waterkoker. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in blokjes. Halveer de **cherrytomaten**. Pel en hak de **knoflook** en **ui** fijn. Houd **1el ui** apart voor stap 3. Snijd de **chilipeper** in de lengte doormidden en snijd **één helft** in dunne reepjes.



### 4. Soep pureren

Doe de **bouillon** en **bonen** bij de pan met **groenten** en kook alles nog eens ca. 10min op matig vuur. Verwijder de **chilipeperhelft** en pureer de **soep** met een staafmixer. De **soep** mag wat grof blijven. Proef en breng op smaak met meer **limoensap**, **tex-mexkruiden**, zout en/of peper naar wens.



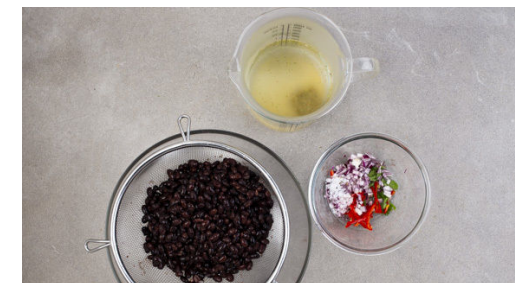
### 2. Soep maken

Verhit 1-2el olijfolie in een middelgrote kookpan en bak de **paprika** en **ui** met een snuf zout 2-3min. Voeg dan de **tomaten**, **knoflook**, **chilipeperhelft** en **1tl tex-mexkruiden** toe. Bak de **groenten** in ca. 10min op middellaag-laag vuur zacht. Pluk de **korianderblaadjes** en hak de **helft** ervan fijn. Voeg de **steeltjes** aan de soeppan toe.



### 5. Tortillachips bakken

Snijd **4 wraps** in driehoekjes en leg ze op twee bakplaten. Bestrijk ze met een beetje olijfolie en bestrooi met wat zout. Bak de **tortillachips** 12-14min in de oven tot ze knapperig zijn. Bewaar de **rest van de wraps** voor een ander recept.



### 3. Salsa maken

Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit. Meng de **rest van ui** en **chilipeper** met de **gehakte koriander**, **limoenrasp**, **1el limoensap** en een snuf zout. Giet de **bonen** af. Los het **bouillonpoeder** in het gekookte water op.



### 6. Serveren

Schenk de **soep** in kommen en garneer met de **guacamole**, **salsa** en de **rest van de koriander**. Serveer met de **tortillachips**.