



"Chowder"-vissoep met kabeljauw

en toast met cajunkruiden



ca. 30min



2 personen

Chowder is een romige Amerikaanse soep met vis of zeevruchten. De bekendste vorm is ongetwijfeld de "clam chowder" met mosselen, maar vandaag maken we een originele variant met kabeljauw, verse maïs en prei. Dippen doen we met knapperige toast die we op smaak brengen met pittige cajunkruiden. Heel vullend, heel bijzonder, heel lekker. Enjoy!

Wat je van ons krijgt

- 1 prei
- 1 venkel
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1 verse maïskolf
- 4 sneetjes witbrood ¹
- 1 zakje cajunkruiden ¹⁰
- 1x kabeljauwstukjes ⁴
- 1 kuipje crème fraîche ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- 3el boter ⁷
- 2tl bloem ¹
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan met deksel
- grote koekenpan
- maatbeker

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

Allergenen

gluten (1), vis (4), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 738kcal, vet 43.8g, koolhydraten 50.8g, eiwit 34.4g



1. Groenten snijden

Halveer de **prei** in de lengte, was de **bladeren** grondig en laat ze even uitlekken. Snijd ze overdwers in reepjes van ca. 0,5cm breed. Snijd de harde onderkant van de **venkel**, halveer de **venkel** en snijd in plakken van 1cm dik – het is niet erg als ze uit elkaar vallen. Als er **venkelgroen** aan de knol zit kun je dit bewaren voor het garneren.



4. Brood snijden

Snijd de korsten van het **brood** en snijd ieder **sneetje** in 4 driehoeken.



2. Soep opzetten

Verhit een middelgrote kookpan met 2el olijfolie. Bak de **prei** en **venkel** met 1/2tl zout en peper ca. 5min tot ze zacht zijn. Bestuif met 2tl bloem en bak ca. 1min. Giet 750ml water erbij en roer 1el azijn en de **helft van het bouillonpoeder** erdoor. Proef en voeg evt. **meer bouillonpoeder** toe. Leg een deksel op de pan en breng aan de kook. Zet het vuur laag en laat ca. 10min borrelen.



5. Toast maken

Smelt 3el boter in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Roer de **kruidenmix** en 1 snuf peper en zout door de boter. Verdeel het **brood** over de pan en bak 2-3min per kant tot ze goudbruin en knapperig zijn.



3. Maïs snijden

Snijd met een scherp mes de **maïskorrels** van de **kolf**.



6. Afmaken en serveren

Spoel de **vis** af met koud water, dep droog met keukenpapier en controleer de **filets** op graten (gebruik hier evt. een pincet voor). Roer de **crème fraîche** door de **soep**, voeg de **vis** en **maïs** toe en laat 3min koken. Verdeel de **soep** over borden of kommen, bestrooi evt. met het **venkelgroen** en serveer met de **cajuntoast**.