



Griekse kippensoep

met rijst, citroen en geroosterde venkel



30-40min



2 personen

Met Marley Spoons tips and tricks leer je steeds weer iets nieuws. Hoe bind je een soep met ei zonder dat het in de hete vloeistof begint te stollen? Met deze instructies is het kinderspel! Onze soep met pulled chicken, rijst, venkel, spinazie en dille wordt heerlijk romig dankzij de Griekse ei-citroensaus avgolemono.

Wat je van ons krijgt

- 10g groentebouillonpoeder
- 1 venkel
- 10g verse dille
- 2 kippendijfilets
- 150g jasmijnrijst
- 1 bosui
- 1 citroen
- 2 eieren³
- 100g babyspinazie

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan met deksel
- maatbeker
- garde
- soeplepel
- zeef of vergiet

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

Allergenen

eieren (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 610kcal, vet 22.5g, koolhydraten 70.5g, eiwit 29.8g



1. Venkel snijden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Breng 800ml water met de **helft van het bouillonpoeder** (of meer naar smaak) aan de kook in een middelgrote kookpan met deksel. Verwijder de harde onderkant van de **venkel**, snijd de **venkel** doormidden en dan in dunne repen. Als er **venkelgroen** aan de knol zit kun je dit bewaren voor het garneren. Snijd de **dille incl. steeltjes** grof.



4. Rijst koken

Was de **rijst** grondig in een zeef. Neem het **vlees** na ca. 15min uit de pan en voeg dan de **rijst** toe aan de **bouillon**. Zet het vuur helemaal laag, leg een deksel op de pan en kook 10-11min tot de **rijst** gaar is. Trek ondertussen het **vlees** met schone handen of twee vorken uit elkaar in kleine stukjes. Snijd de **bosui** in dunne ringen.



2. Venkel roosteren

Meng de **venkel** met 1el olijfolie, een flinke snuf zout en 1tl suiker. Verdeel over een bakplaat met bakpapier en rooster 15-20min in de oven, tot de **venkel** goudbruin en gaar is.



5. Eieren voorbereiden

Pers de **citroen** uit. Breek de **eieren** open in het **citroensap** en klop tot het **mengsel** begint te schuimen. Giet, als de **rijst** bijna gaar is, langzaam een soeplepel hete **bouillon** bij het **eimengsel** (het is niet erg als er rijst bij zit) en meng goed. Herhaal met een tweede soeplepel **bouillon**.



3. Kip garen

Dep het **vlees** droog met keukenpapier en voeg het met de **helft van de dille** toe aan de kokende **bouillon**. Leg een deksel op de pan en laat op laag vuur ca. 15min zachtjes gaar koken.



6. Soep afmaken

Voeg het **eimengsel** toe aan de **soep** en laat op laag vuur 2-4min koken, tot de **soep** ingedikt is. Neem de pan van het vuur en voeg het **vlees** en de **spinazie** toe. Schenk er evt. wat water bij als de **soep** te dik wordt. Breng op smaak met peper en zout en garneer met de **venkel**, de **bosui**, de **rest van de dille** en evt. **venkelgroen**.