



Peruaanse aardappelsoep met gehakt

met paprika, limoen en koriander



ca. 30min



2 personen

Na een lange dag hiken door het Andesgebergte kom je aan in een klein dorpje. Je bestelt een stevige soep in het lokale restaurant, neemt een heerlijke hap en... schrikt wakker! Maar niet alle dromen zijn bedrog: vandaag ga je namelijk zelf een romige Peruaanse aardappel-paprikasoep maken. Met een stevige topping van knapperig, rokerig rundergehakt, een zuurtje van limoen en koriander breng je Peru naar je woonkamer.

Wat je van ons krijgt

- 1 prei
- 2 groene paprika's
- 10g verse koriander
- 1 zakje kruimige aardappels
- 1 zakje kruidenmix: komijn & koriander
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 200g rundergehakt
- 1 zakje gerookt paprikapoeder
- 1 onbehandelde limoen

Wat je thuis nodig hebt

- zout
- olijfolie

Kookgerei

- middelgrote kookpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- staafmixer
- dunschiller
- maatbeker

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

Allergenen

Kan sporen van allergeen bevatten.

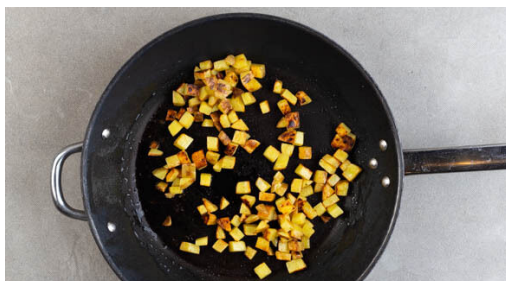
Voedingswaarde per portie

calorieën 597kcal, vet 30.4g, koolhydraten 50.5g, eiwit 27.5g



1. Groenten snijden

Halveer de **prei** in de lengte en snijd overdwars in 2-3cm grote stukken. Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika's** en snijd $\frac{3}{4}$ in grove stukken en de rest in kleine blokjes. Pluk de **korianderblaadjes** van de **steeltjes** en snijd grof. Snijd de **steeltjes** fijn. Schil **de helft van de aardappels** en snijd in 2-3cm grote stukken.



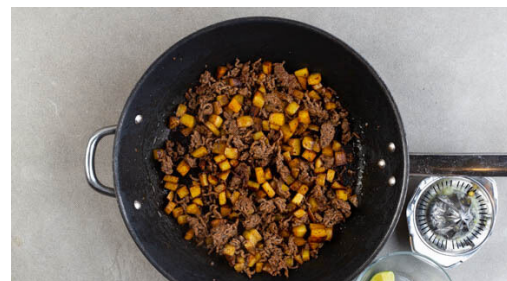
4. Aardappels bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 2tl olijfolie op middelhoog vuur. Voeg de **aardappelblokjes** met een $\frac{1}{2}$ tl zout toe en bak ca. 8min. Schep regelmatig om.



2. Groenten koken

Verhit een middelgrote kookpan met 1el olijfolie op middelhoog vuur. Bak de **prei**, **grove paprikastukken** en **geschilde aardappels** ca. 3min. Doe de **kruidenmix** en **koriandersteeltjes** erbij en bak ca. 2min mee. Voeg 400ml water toe aan de pan en roer de **helft van het groentebouillonpoeder** erdoor. Zet het vuur laag en laat de **groenten** 13-15min afgedekt pruttelen.



5. Topping afmaken

Voeg **het gehakt** en de **helft van het paprikapoeder** toe aan de pan en bak ca. 4min mee tot het gehakt knapperig is de **aardappelblokjes** gaar zijn. Pers een **helft van de limoen uit** en snijd de **andere helft** in partjes.



3. Aardappels snijden

Snijd de **rest van de aardappels incl. schil** in kleine blokjes.



6. Soep pureren en serveren

Haal de **soep** van het vuur en pureer met een staafmixer tot een **romig geheel**. Voeg evt. 100ml heet water toe als de **soep** te dik is. Breng de **soep** op smaak met de **rest van het bouillonpoeder** en **1el limoensap** (of meer). Verdeel over diepe borden en garneer met de **topping**, **paprikablokjes** en **koriander**. Serveer met de **limoenpartjes**.