



Chowder met garnalen, spek en maïs

met prei en bleekselderij



ca. 30min



2 personen

Het woord chowder, de Engelse benaming voor de heerlijke romige vissoep, is mogelijk afgeleid van het Franse 'chaudron': een soort pot waarin Franse vissers hun visvangst met groente en aardappels kookten. Onze chowder maak je met sappige garnalen en maïs - de perfecte combinatie en een absolute chowder classic - bleekselderij en prei, en heerlijke zoute spek. Smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 2 stengels bleekselderij ¹
- 1 pakje spekblokjes
- 200g preiringen
- 1 zakje kruimige aardappels
- 20ml vissaus ³
- 1 zakje knoflook-kruidenmix
- 1 baguette ⁴
- 1x ASC-garnalen, ontdooid ²
- 1 blik maïs
- 10g verse peterselie

Wat je thuis nodig hebt

- 500ml melk ⁵
- 2el bloem ⁴
- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- grote kookpan met deksel
- maatbeker
- dunschiller
- zeef

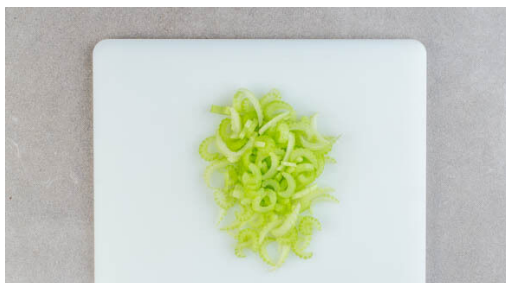
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

Selderij (1), Schaaldieren (2), Vis (3), Gluten (4), Melk (5). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 987kcal, vet 34.8g, koolhydraten 116.3g, eiwit 47.4g



1. Groente snijden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Snijd de **bleekselderij** in dunne plakjes.



2. Spek & groente bakken

Verhit een grote kookpan op medium tot hoog vuur met 1el plantaardige olie en bak het **spek** ca. 2min. Voeg de **bleekselderij** en de **prei** toe en bak ca. 2min mee. Bestuif met 2el bloem en roerbak de **groente** en **spek** nog ca. 1min.



3. Soep koken

Schenk al roerende 500ml melk en 300ml water in de pan en breng aan de kook, zet het vuur evt. hoger. Schil de **aardappels** en snijd ze doormidden (de grotere in vieren). Voeg de **aardappels**, de **vissaus** en de **kruidenmix** toe. Leg een deksel op de pan en laat de **soep** 15-20min zachtjes koken.



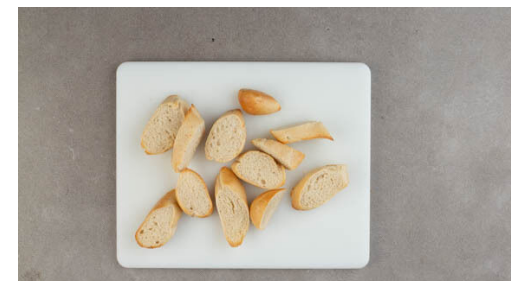
4. Brood afbakken

Bak het **brood** in 4-5min krokant in de oven.



5. Garnalen & maïs toevoegen

Spoel de **garnalen** in een zeef af met koud water. Giet de **maïs** af. Voeg de **garnalen** en de **maïs** toe aan de **soep** zodra de **aardappels** zacht zijn. Kook ze 2-3min mee. Snijd de **peterselie incl. steeltjes** grof.



6. Brood snijden

Snijd het **brood** in plakken. Breng de **soep** op smaak met peper en zout en serveer bestrooid met de **peterselie**. Geef het **brood** erbij.