



Glasnoedelsoep met courgette en bio-kip

met kokosmelk en gele currypasta



ca. 20min



2 personen

Gele currypasta wordt vooral in Thailand veel gebruikt. Het is iets milder dan z'n rode en groene broertjes, dus deze glasnoedelsoep is ook goed geschikt voor eters die niet zo goed tegen pittig kunnen. Zeker omdat er ook nog kokosmelk in gaat. Erbij malse biologische kip en de limoen zorgt voor de finishing touch.

Wat je van ons krijgt

- 2 courgettes
- 1 stengel bleekselderij ⁹
- 1 rode ui
- 1x biologische kipstukjes
- 1 pakje gele currypasta
- 200ml kokosmelk
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 100g glasnoedels
- 1 bosui
- 1 onbehandelde limoen

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- kleine kookpan
- maatbeker
- zeef

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

Allergenen

selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 776kcal, vet 41.6g, koolhydraten 65.7g, eiwit 34.6g



1. Groente snijden

Snijd de **courgettes** in de lengte doormidden en dan in dunne plakken. Snijd de **bleekselderij** in dunne plakjes. Pel en halveer de **ui** en snijd in dunne reepjes.



4. Soep maken

Schenk 800ml heet water en de **kokosmelk** in de pan en roer het **bouillonpoeder** erdoor. Voeg de **bleekselderij** en het **vlees** toe en laat 1-2min garen. Proef of je nog zout wilt toevoegen. Breng ruim gezouten water voor de **noedels** aan de kook in een kleine kookpan.



2. Vlees voorbereiden

Dep het **vlees** droog met keukenpapier en meng met 1el plantaardige olie, ½tl zout en een snuf peper.



5. Courgette toevoegen

Voeg de **courgette** toe aan de **soep** en kook nog 4-5min. Voeg de **noedels** toe aan het kokende water en haal de pan direct van het vuur. Laat de **noedels** 3-5min garen. Spoel ze met koud water af in een zeef en laat uitlekken.



3. Uien bakken

Verhit een middelgrote kookpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **ui** en de **helft van de currypasta of meer naar smaak** 1-2min.



6. Garnering voorbereiden

Snijd de **bosui** in schuine dunne ringen. Snijd de **limoen** in vieren en breng de **soep** op smaak met wat **limoensap**. Verdeel de **noedels** over kommen en schep de **soep** erop. Bestrooi met de **bosui** en wat (versgemalen) peper en serveer met de **rest van de limoenpartjes**.