



Lichte kip-noedelsoep

met paksoi en peperige Thaise basilicum



20-30min



2 personen

Op warme dagen moet je er misschien niet aan denken, maar wist je dat soep juist goed voor je is als de buitentemperaturen tropische hoogten bereiken? Soep bevat namelijk sodium. En als je veel zweet en je lichaam veel vocht verliest, is sodium één van de belangrijkste mineralen die je lijf nodig heeft. Deze smakelijke soep met knapperige groenten, romige kokosmelk, kip en peperige Thaise basilicum komt dus als geroepen!

Wat je van ons krijgt

- 1 rode paprika
- 1 paksoi
- 1x kipstukjes
- 5g Yoko's Tofu spice mix ¹⁰
- 1 teen knoflook
- 1 stukje verse gember
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 1 limoen
- 5g verse Thaise basilicum
- 100g noedels
- 1 zakje cashewnoten ¹⁵

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- fijne keukenrasp
- maatbeker
- middelgrote kookpan met deksel
- waterkoker

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

Kooktip

Je kunt - als je tijd overhebt - de cashewnoten grof hakken.

Allergenen

mosterd (10), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 756kcal, vet 39.8g, koolhydraten 62.5g, eiwit 32.5g



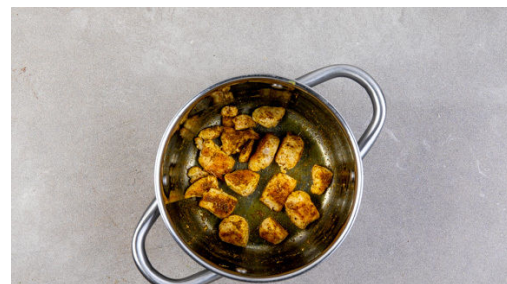
1. Groenten snijden

Breng 1L water in een waterkoker aan de kook. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in dunne reepjes. Snijd het **wit van de paksoi** in reepjes en hak de **bladeren** grof.



4. Smaakmakers voorbereiden

Rasp de **limoenschil** fijn en halveer de **limoen**. Pers **een helft** uit en snijd de **andere helft** in partjes. Pluk de **Thaise basilicumblaadjes**, hak ze grof en doe de steeltjes weg.



2. Kip aanbakken

Verhit 1el plantaardige olie in een middelgrote kookpan op middelhoog vuur en roerbak de **kipstukjes** met de **helft van tofu spice mix** 3-4min tot de **kip** goudbruin is. Schep de **kip** uit de pan en leg op een bord opzij voor stap 5. Pel de **knoflook**, schil de **gember** en hak of rasp **beiden** fijn.



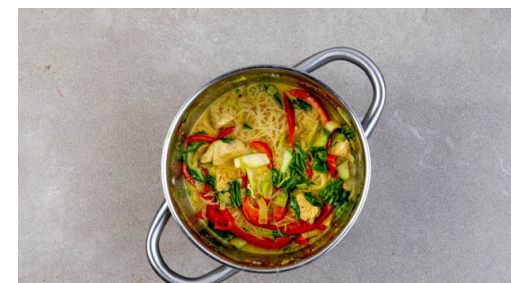
5. Noedels garen

Doe de **noedels** met de rest van het gekookte water in een hittebestendige kom. Laat 2-3min wellen. Giet de **noedels** af in een zeef en spoel om met koud water. Voeg de **kip** en het **groen van de paksoi** aan de pan toe en kook 2-3min mee totdat de **kip** helemaal gaar is.



3. Soep starten

Voeg 1el olie aan de gebruikte pan toe en bak de **paprika** met het **wit van de paksoi**, de **knoflook** en **gember** 3min. Schud het pakje **kokosmelk** en voeg de **inhoud** met 600ml gekookt water, de **rest van de spice mix** en het **bouillonpoeder** aan de pan toe. Breng het geheel aan de kook en kook de **soep** met een deksel afgedekt ca. 5min.



6. Soep afmaken

Voeg de **noedels** toe en warm ze in ca. 1min in de **soep** op. Roer er dan **1tl limoenrasp** en **1-2el limoensap** door. Proef en breng de **soep** op smaak met zout en peper. Schep de **soep** in kommen en bestrooi met de **basilicumblaadjes** en **cashewnoten** (zie **kooktip, links**). Serveer de **limoenpartjes** erbij om erover uit te knijpen.