



Indonesische soep met bio-rundergehakt

met glasnoedels en zachtgekookt ei



20-30min



2 personen

Veel Oost-Aziatische soepen staan bekend als een effectief middel tegen katers en sombere stemmingen! Deze soep, boordevol voedzame ingrediënten zoals glasnoedels en bio-rundergehakt, is daar het perfecte voorbeeld van. Met gember, citroengras, pittige sambal oelek, zoete ketjap manis en als klap op de vuurpijl een zachtgekookt eitje. Slurpen mag!

Wat je van ons krijgt

- 2 biologische eieren ¹
- 1 prei
- 250g biologisch rundergehakt
- 1 stengel citroengras
- 2 tenen knoflook
- 1 stukje verse gember
- 1 zakje Indonesische kruidenmix
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 1x babypaksoi
- 100g glasnoedels
- 50ml ketjap manis ²
- 25ml sambal oelek

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- kleine kookpan
- middelgrote kookpan met deksel
- staafmixer met beker
- maatbeker

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

Allergenen

Eieren (1), Soja (2). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 853kcal, vet 48.5g, koolhydraten 67.3g, eiwit 34.9g



1. Gehakt bakken

Breng in een kleine kookpan voldoende water aan de kook voor de **eieren**. Halveer de **prei** in de lengte en snijd overdwars in dunne reepjes. Verhit een middelgrote kookpan op medium tot hoog vuur met 1 el plantaardige olie. Bak de **preireepjes** en het **gehakt** met een snuf peper en zout 4-5min, tot het **gehakt** kruimelig en bijna gaar is.



4. Soep koken

Voeg de **kruidenpasta** toe aan de pan met het **gehakt** en bak 2-3min mee. Blus af met 600ml heet water en roer het **bouillonpoeder** erdoorheen. Breng de **soep** aan de kook en laat nog ca. 3min koken op laag vuur.



2. Eieren koken

Doe de **eieren** voorzichtig in het kokende water en kook ze op middelhoog vuur in ca. 6min zacht. **Tip:** als je hardgekookte eieren wilt, kook ze dan 2min langer. Giet de **eieren** af en laat schrikken met koud water.



5. Paksoi en noedels garen

Snijd de **paksoi** in de lengte doormidden en verwijder de harde stronk. Voeg de **paksoi** en de **glasnoedels** toe aan de **soep**, leg een deksel op de pan en gaar in 2-3min zacht op laag vuur. Neem de pan van het vuur en breng de **soep** op smaak met 1tl peper, zout en azijn elk. **Tip:** je kunt ook vissaus gebruiken in plaats van azijn.



3. Kruidenpasta maken

Klop het **citroengras** met de bodem van een koekenpan zacht en snijd vervolgens in grove stukken. Pel de **knoflook** en schil de **gember**, snijd beide grof en doe ze met het **citroengras**, de **kruidenmix**, 2el plantaardige olie en een snuf peper en zout in een hoge (maat)beker. Pureer grof met een staafmixer.



6. Saus maken

Meng de **helft van de ketjap manis** met de **sambal oelek**. Pel de **eieren** en halveer ze. Verdeel de **soep** over diepe borden en leg de **eieren** er bovenop. Bedruypel met de **saus** en serveer.