

DINNERLY



Hartige bouillon met spekjes en parelcouscous



ca. 20min



2 personen

Onze easy-prep-recepten maken je het leven gemakkelijk en passen zich aan al je plannen aan: Wil je een kleine maaltijd, een extra portie soul food voor lange dagen, of gewoon een gerecht dat kinderen niet alleen kunnen eten, maar ook samen met jou kunnen koken? Niets is eenvoudiger. Volg ons recept en tover je nieuwe lievelingsgerecht in vier eenvoudige stappen tevoorschijn. Aan de slag!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 200g parelcouscous¹
- 2 wortels
- 1 pakje spekblokjes
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 10g verse peterselie

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- zout
- plantaardige olie

KOOKGEREI

- kleine kookpan met deksel
- middelgrote kookpan
- maatbeker

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

ALLERGENEN

Gluten (1). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 652kcal, vet 23.4g, koolhydraten 91.4g, eiwit 19.6g



1. Twee in één

Als je het niet erg vindt dat je soep een beetje troebel wordt, kun je de parelcouscous ook direct in de bouillon koken en een pan minder gebruiken: Giet hiervoor ca. 1L water in de pan in stap 4, roer de parelcouscous en het bouillonpoeder erdoor en laat de soep 8-10min borrelen tot de parelcouscous gaar is. Vergeet niet te roeren!



2. Parelcouscous garen

Breng 400ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Voeg de **parelcouscous** toe, zet het vuur lager en leg een deksel op de pan. Kook de **parelcouscous** 8-10min, tot de **couscous** gaar is en al het water opgenomen heeft.



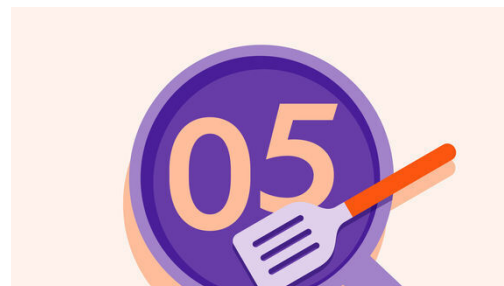
3. Wortel en spek bakken

Schil of schrob de **wortel** en snijd in dunne plakjes. Verhit een middelgrote kookpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **wortel** en de **spekjes** ca. 3min.



4. Soep koken

Giet 600-700ml water in de pan, roer het **bouillonpoeder** erdoor en laat de **soep** ca. 10min zachtjes koken, tot de **wortel** zacht is.



5. Afmaken en serveren

Snij de **peterselie** fijn. Roer de **peterselie** en **parelcouscous** door de **soep** en serveer.



6. Pasta pesto?

Parelcouscous is eigenlijk een pastasoort en daarom smaakt ie ook goed met een lepel pesto. Als je parelcouscous over hebt, moet je het zeker proberen!