



Groentesoep met vegan kipstuckjes

met knapperig knoflookbrood



ca. 30min



2 personen

Kippensoep zonder kip? Dat is tegenwoordig super easy dankzij de vegan kipstuckjes van onze vrienden van De Vegetarische Slager. Prei, bleekselderij, wortel en verse dille tover je snel om tot een hartige bouillon. Voeg er nog knapperig knoflookbrood aan toe en de pot heeft zijn deksel gevonden. Geniet!

Wat je van ons krijgt

- 10g verse dille
- 1 prei
- 1 stengel bleekselderij ⁹
- 1 wortel
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1 zakje Griekse kruidenmix
- 1 baguette ¹
- 1 teen knoflook
- 1 zakje vegan mayonaise ^{10,12}
- 1 pakje vegan kipstuckjes ⁶

Wat je thuis nodig hebt

- mosterd ¹⁰
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- maatbeker

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

Allergenen

gluten (1), soja (6), selderij (9), mosterd (10), zwaveldioxide en sulfieten (12). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 599kcal, vet 30.6g, koolhydraten 49.1g, eiwit 25.4g



1. Groenten snijden

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht). Pluk de **dilletopjes** van de steeltjes en hak ze grof, hak de **steeltjes** apart fijn. Snijd de **prei** in de lengte doormidden en in dunne plakjes. Snijd de **bleekselderij** ook in dunne plakjes. Schil of schrob de **wortel**, snijd in de lengte in vieren en dan in stukjes.



4. Knoflookbrood bakken

Snijd de **baguette** in de lengte open. Pel de **knoflook** en hak zeer fijn, of gebruik een knoflookpers. Meng de **knoflook** met de **mayonaise** en een snuf zout en peper. Leg de **broodjes** op een bakplaat met bakpapier en bestrijk met de **knoflookmayo**. Bak het **knoflookbrood** in 8-9min goudbruin en krokant in de oven.



2. Groenten bakken

Verhit een middelgrote kookpan op medium tot hoog vuur met 1el plantaardige olie. Roerbak de **dillesteeltjes**, de **prei**, de **bleekselderij** en de **wortel** 5-6min, tot de **prei** zacht is.



5. Kipstuckjes bakken

Snijd de **vegan kipstuckjes** in kleinere hapklare stukjes. Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **kipstuckjes** in 5-6min goudbruin. Breng op smaak met zout en peper.



3. Soep koken

Voeg het **bouillonpoeder** en de **Griekse kruidenmix** met 600ml water toe en breng aan de kook. Laat de **soep** 13-15min zachtjes koken, tot de **groenten** gaar zijn.



6. Soep afmaken

Breng de **soep** op smaak met 1tl mosterd, 1el azijn en zout en peper. Verdeel de **soep** over diepe borden of kommen en top met de **kipstuckjes**. Bestrooi met de **dilletopjes** en geef het **knoflookbrood** erbij.