



Mexicaanse paprikasoep

met tortillachips en maïs



20-30min



2 personen

Wij zijn dolverliefd op deze makkelijke Mexicaanse paprikasoep! Dit warme bordje soep van tomaten en gegrilde paprika gaat namelijk vergezeld van knapperig gebakken tortillachips waar je niet vanaf kunt blijven. Deze droom van een soep serveer je verder met knapperige maïs, knisperende pompoenpitten en yoghurt.

Wat je van ons krijgt

- 1 paprika
- 50g pompoenpitten
- 1 rode ui
- 1 teen knoflook
- 10g verse koriander
- 1x tortilla's ¹
- 1 zakje chilivlokken
- 1 tomaat
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1 blik gehakte tomaten
- 1 blik maïs
- 1 kuipje yoghurt ²

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- staafmixer
- maatbeker
- zeef

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

Kooktip

De rest van de tortilla's kun je invriezen.

Allergenen

Gluten (1), Melk (2). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 889kcal, vet 51.1g, koolhydraten 78.6g, eiwit 24.5g



1. Paprika roosteren

Verwarm de oven voor met de grillfunctie of boven/onderwarmte op 250°C. Halveer de **paprika**, verwijder de zaadlijsten en leg met de snijkanten naar beneden op een bakplaat met bakpapier. Besprenkel met 1tl olijfolie en kruid met een snuf zout. Rooster de **paprikahelften** ca. 15min bovenin de oven tot de velletjes beginnen te blakeren. Neem uit de oven en laat kort afkoelen.



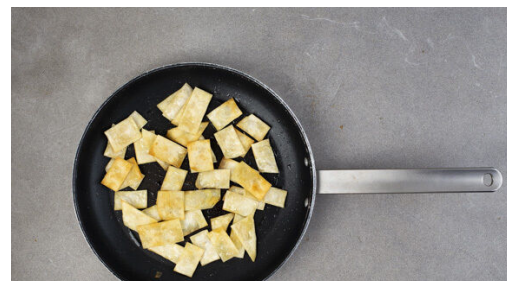
4. Soep koken

Verwijder de harde kern van de **tomaat** en snijd in grove blokjes. Voeg de **tomaat**, **paprika**, het **bouillonpoeder**, de **tomatenblokjes** en 200ml water toe aan de pan, roer door en laat de **soep** ca. 10min zachtjes koken. Neem dan van het vuur en pureer glad. Breng op smaak met 1tl azijn, ½tl suiker en peper en zout. Verdun de **soep** evt. met een scheutje water.



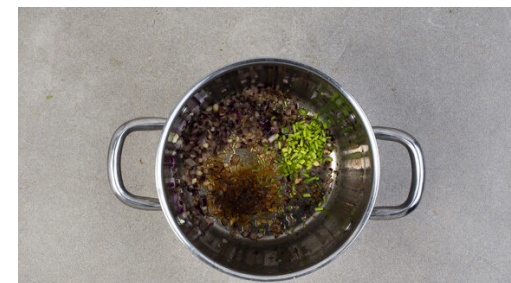
2. Ingrediënten voorbereiden

Verhit een grote, droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **pompoenpitten** 2-4min. Neem uit de pan en zet opzij. Pel de **ui** en de **knoflook** en snijd beide grof. Pluk de **korianderblaadjes** en snijd de **blaadjes** en **steeltjes** apart van elkaar fijn. Snijd **4 tortilla's** in hapklare stukjes.



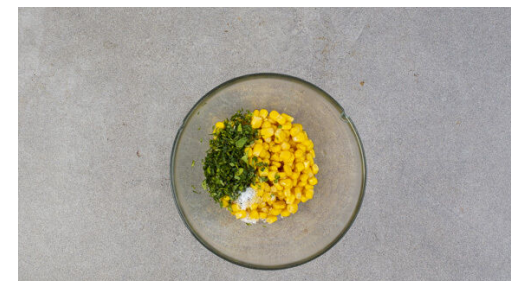
5. Tortillachips bakken

Verhit de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur met een laagje olijfolie van ca. 0,5cm. Bak de **tortillastukjes** evt. in meerdere porties in 1-2min goudbruin. Zet het vuur evt. lager als de **tortilla's** te snel donker worden. Laat uitlekken op wat keukenpapier en hussel om met een snuf **chilivlokken** en zout.



3. Ui bakken

Verhit een middelgrote kookpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Fruit de **ui** en **knoflook** 2-3min. Snijd ondertussen de **geroosterde paprika** grof. Voeg de **koriandersteeltjes** en ½-1tl **chilivlokken** naar smaak toe aan de pan en bak ca. 1min mee. **Let op:** De **chilivlokken** zijn erg pittig!



6. Topping maken

Laat de **helft van de maïs** uitlekken in een zeef. Meng de **maïs** met de **korianderblaadjes**, 1tl olijfolie, 1tl azijn en een snuf zout. De rest van de **maïs** gebruiken we hier niet. Verdeel de **soep** over diepe borden of kommen en garneer met een schepje **yoghurt**, de **maïstopping** en de **pompoenpitten**. Serveer de **tortillachips** erbij.