
Milde pindasoep

met tofu en pindagremolata



Cooking Time



Voor 3-4 personen

Wat je van ons krijgt

- pindakaas ⁵
- verse groentemix: taugé, Chinese kool & groene paprika
- verse knoflookbieslook
- kokosmelk
- groentebouillonblokjes ⁹
- tofu ⁶
- gezouten pinda's ⁵
- sjalot
- limoen
- teen knoflook
- noedels

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- maatbeker
- middelgrote kookpan
- waterkoker
- zeef

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

Allergenen

Kan sporen van allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie



1. Groenten snijden

Breng ruim water in een waterkoker aan de kook. Halveer, pel en snijd het **sjalotje** in dunne, halve ringen. Pel en snijd de **knoflook** in plakjes. Snijd de **limoen** in partjes.



2. Tofu snijden

Neem de **tofu** uit de verpakking, dep droog en snijd in ca. 1-2cm grote blokjes.



3. Soep starten

Verhit 1el olie in een middelgrote kookpan op middelhoog vuur en voeg de **sjalot** en **knoflook** toe. Bak 2-3min totdat de **sjalot** glazig is. Voeg de **pindakaas** toe, roer goed door en schenk 1L gekookt water in de pan. Verkrummel de **bouillonblokjes** erboven. Schud het pakje **kokosmelk**, schenk de **kokosmelk** in de pan en breng het geheel langzaam tegen de kook aan.



4. Noedels garen

Doe intussen **2/3e van de noedels** in een kom en giet er genoeg gekookt water over tot ze onderstaan. Gebruik **alle noedels** bij grotere trek. Laat de **noedels** 3-4min wellen. Giet ze in een zeef af en spoel onder de koude kraan schoon.



5. Gremolata maken

Snijd de **knoflookbieslook** in dunne ringetjes of gebruik daarvoor een schaar. Hak de **pinda's** fijn. Meng de **pinda's** en **knoflookbieslook** in een kommetje.



6. Soep afmaken

Voeg de **verse groentemix** en de **tofu** aan de **soep** toe en kook 2-3min mee. Voeg als laatste de **noedels** toe en warm ze in 1min op. Proef en breng de **soep** op smaak met zout en peper. Schep de **soep** in kommen, garneer met de **gremolata** en serveer met de **limoenpartjes** om erover uit te knijpen.