



## Volle courgette-kokossoep

met gnocchi en radijstopping



20-30min



2 personen

Gnocchi heb je misschien wel eens eerder met saus gegeten, maar wil je eens wat nieuws proberen? Serveer de deegballetjes dan knapperig gebakken als bijgerecht. Chef Tamara kiest voor een romige soep op basis van courgette en kokosmelk waarin je de gnocchi kunt dippen. De frisse topping van radijs, munt en zonnebloempitten geeft een fijne crunch. De porties zijn royaal, dus eet eventuele restje...

## Wat je van ons krijgt

- jalapeño
- ui
- courgetteplakjes
- radijsjes
- zonnebloempitten
- groentebouillonblokje <sup>9</sup>
- gnocchi <sup>1</sup>
- verse munt
- limoen
- knoflook

## Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

## Kookgerei

- koekenpan
- kookpan
- maatbeker
- staafmixer

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

### Allergenen

gluten (1), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

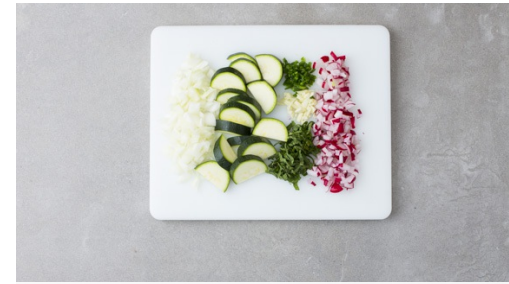
### Voedingswaarde per portie

calorieën 873kcal, vet 40.0g, koolhydraten 100.4g, eiwit 24.8g



### 1. Bouillon maken

Breng 250ml water in een waterkoker of kleine kookpan aan de kook. Laat het **bouillonblokje** in het gekookte water oplossen.



### 2. Ingrediënten voorbereiden

Pel en hak de **ui** en **knoflook** grof. Neem de **courgetteplakjes** uit de verpakking. Snijd de **jalapeñopeper** doormidden, verwijder de zaden en hak de **peper** fijn. Pluk de **muntblaadjes**, snijd ze in dunne reepjes en doe de steeltjes weg. Verwijder het groen van de **radijsjes** en hak de **radijsjes** dan grof.



### 3. Courgette bakken

Verhit 1el olijfolie in een middelgrote kookpan op middelhoog vuur en voeg de **ui**, **knoflook**, **courgetteplakjes**, **jalapeño** en 1/4tl zout toe. Schep om, doe een deksel op de pan en bak 10-15min totdat de **courgette** zacht en gaar is. Roer daarbij af en toe door of zet evt. het vuur iets lager om ervoor te zorgen dat niks aankeekt.



### 4. Gnocchi bakken

Verhit 1el olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Voeg de **gnocchi** toe zodra de pan heet is en bak 6-8min af en toe roerend totdat de **gnocchi** rondom goudbruin en gaar zijn. Breng op smaak met peper en zout en neem de pan van het vuur.



### 5. Soep maken

Neem de deksel van de groentepan en giet de **kokosmelk** en **bouillon** erbij. Roer door en breng het geheel aan de kook. Zet het vuur dan laag en laat nog ca. 5min koken. Neem de pan van het vuur en pureer de inhoud met een staafmixer glad. Voeg voor een iets dunnere **soep** een scheutje water toe. Proef en breng op smaak met peper en evt. zout.



### 6. Serveren

Pers de **limoen** uit. Doe de gehakte **radijsjes** met de **mint**, **zonnebloempitten** en de **helft van het limoensap** in een kommetje en schep om. Proef en breng op smaak met peper en zout en evt. meer **limoensap**. Schep de **soep** in kommen en garneer met de **radijstopping**. Serveer de **gnocchi** in of naast de **soep**.