



Naam: .....

Klas: ..... Datum: .....

## Courgettesoep

INGREDIENTEN – voor 4 personen = 1 liter soep

**Stap 1. Neem al je benodigde ingrediënten en je benodigde materiaal en leg alles klaar.**

### Ingrediënten

2 courgettes                      1 ui                      1 aardappel                      2 el olijfolie  
1 potje kruidenkaas met look (vb boursin)                      1 liter kippenbouillon                      peper en zout  
¼ bosje peterselie

### Materiaal

1 (soep)kom    1 snijplank    1 mesje                      1 maatbeker    1 mixer                      1 lepel  
3 bekkentjes: 1 voor groentenafval, 1 voor de gensnipperde ui, 1 voor de brunoise van courgette

**Stap 2. Voorbereidend werk = Mise en place (=M.E.P.)**

1 ui                      Pel en snipper de ui. Doe in een bekkentje of potje  
2 courgettes                      Was de courgettes en snij de uiteinden er van af. Snij de courgette in grove brunoise. Doe in een bekkentje  
1 aardappel                      Was de aardappel en schil hem. Snij hem in gelijke blokjes  
Peterselie                      Was de peterselie en pluk de blaadjes van de stengels. Leg de blaadjes op keukenpapier en dep ze droog. Bewaar ze in de koelkast.

**Stap 3. Werkmethode**

2 el olijfolie                      Doe de olijfolie in een kom en verhit ze – zorg er voor dat ze niet rookt! Voeg de gesnipperde ui toe wanneer de olie warm is.  
Gesnipperde ui                      Stoof de ui een paar minuten aan, maar laat hem niet bruin worden  
Brunoise van courgette                      Voeg de courgette en de aardappel toe en laat ze kort meestoven

1 liter kippenbouillon

Overgiet de groenten met de bouillon. De groenten moeten net onder staan, voeg eventueel wat meer bouillon toe.

Laat de soep koken en verlaag het vuur, zodra de soep kookt. Laat de soep ongeveer 20 minuten zachtjes koken en roer af en toe.

Ruim ondertussen je werkplaats op en was alles af, droog af en zet je materiaal op de juiste plaats weg.

1 potje kruidenkaas

Controleer of de groenten zacht zijn. Voeg de kruidenkaas toe en mix de soep met de mixer tot ze mooi glad is.

Peper en zout

Proef met een propere lepel van de soep en kruid met peper en zout. Als je daarna nog proeft, zorg dan steeds voor een propere lepel!

Peterselie

Neem de peterselie uit de koelkast en hak hem fijn.

#### **Stap 4. Afwerken**

Doe de hete soep in een soepbord of een soepkom en strooi er de fijngehakte peterselie over.

#### **Stap 5. Bewaren**

Moet de soep bewaard worden? Laat ze dan zo snel mogelijk afkoelen

- Verdeel ze in kleinere porties. Doe ze bijvoorbeeld in een glazen pot.
- Maak eventueel een sticker met de datum van vandaag erop en wat er in zit
- Laat ze 30 minuten op het aanrecht afkoelen, plaats eventueel een lepel onder de pot, zodat er lucht onder kan
- Zet de soep zo snel mogelijk in de koelkast.
- Je kan soep in de koelkast ongeveer 2 dagen bewaren.