



Naam: .....

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

## Wortelsoep

1 liter = 4 pers.

Vorbereiding: 30 min

Bereiding: 45 min

**Nodig:** Snijplank, snijmes, een bekkentje voor GFT, een kom, een paar koffie- en eetlepels, een paar kleine bordjes, een maatbeker, een spirellisnijder, een mixer

### **Ingrediënten:**

- 1 ui
- 6 grote wortelen
- 1 prei
- 1 liter kippenbouillon of groentenbouillon (vegetarisch)
- 1 klontje boter
- Peper en zout
- 1 koffielepel kurkuma
- ½ sinaasappel
- 50 ml kokosmelk
- 3 takjes peterselie

### **Vorbereiding/Mise en Place: 30 min**

1. De ui → leerkracht toont voor
  - a. Neem een ui en pel de ui. Doe de schil in de GFT.
  - b. Snij de ui in 2 helften.
  - c. Neem 1 helft, leg plat op je snijplank
  - d. Snij de ui in stukjes
  - e. Doe de wortel van de ui in het GFT afval.
  - f. Leg de stukjes ui op een proper bordje
2. De wortelen → leerkracht toont voor

- a. Was 5 wortelen – hou er dus 1 over voor de afwerking
  - b. Schil de wortelen
  - c. Snij de wortelen in brunoise
  - d. Doe deze op een proper bordje
3. De prei → leerkracht toont voor
- a. Snij het groen van de prei en leg opzij
  - b. Was de prei zoals het hoort
  - c. Snij het wit van de prei in ringetjes
  - d. Doe de ringetjes op een proper bordje
  - e. Was het groen van de prei grondig.
  - f. Snij het groen in ringetjes en doe deze in een diepvrieszakje (we gebruiken deze nu niet, omwille van de kleur)
4. De kippenbouillon
- a. Meet 1 liter water af in een maatbeker
  - b. Voeg 1 koffielepel bouillonpasta toe (kip of groenten)
  - c. Hou opzij voor later
5. De sinaasappel
- a. Snij de sinaasappel in 2 en pers een halve sinaasappel uit
  - b. Geef de andere helft aan een medeleerling of smul hem lekker op
  - c. Zet het sap opzij
6. Opruimen
- a. Maak je werkblad proper
  - b. Was en droog je snijplank en je messen proper af
  - c. Zet de rest van de gebruikte spullen bij de afwas
  - d. Zet alle ingrediënten netjes klaar in de juiste volgorde

**Bereiding: 45 min.** → leerkracht toont voor

1. Neem en kom en zet deze op middelhoog vuur
2. Voeg het klontje boter toe en laat het smelten

3. Voeg de ui toe en stoof de ui aan tot hij zacht wordt
4. Voeg de wortelen en de prei toe en laat 5 minuten meestoven
5. Let op je vuur. Zet het hoger of lager naargelang je groentjes aanbakken of net niets doen
6. Voeg de kippenbouillon toe en zet je vuur hoger, zodat de bouillon begint te koken
7. Draai je vuur daarna weer een beetje lager, zodat het niet aanbrandt, maar zachtjes pruttelt. Ongeveer 45 minuten.
8. Doe ondertussen de afwas en als die gedaan is – maak de afwerking (zie lager)
9. Test of we worteltjes zacht zijn. Als ze zacht zijn, kan je de soep mixen.
10. Roer wat kurkuma door te soep en kruid met zwarte peper. Roer goed en proef je soep. Beslis of er nog zout bij moet. Voeg in kleine beetjes tegelijk soep toe en proef elke keer.

**Afwerking: 45 min.** → leerkracht toont voor

1. Was de wortel en draai hem door de spirelli snijder
2. Pluk de blaadjes van de peterselie. Was en droog ze
3. Meet 50 ml kokosmelk af
4. Neem een 2 diepe borden en leg wat wortelspirelli in het midden.
5. Giet er de soep rond
6. Druppel de kokosroom er rond
7. En ga er nog eens over met de zwarte peper molen

Smakelijk