

Boliviaanse aardappelsoep

Helena uit het kinderboek *Hé, wie ben jij?* is gek op aardappel-maissoep. In Bolivia groeien veel verschillende soorten aardappelen: gespikkelde, maar ook paarse! Het is dus heel erg leuk als je voor deze soep ook verschillende (kleuren) aardappelen gebruikt. Let er wel op dat iedere aardappelkleur anders smaakt.

Wij houden ervan om nog stukjes aardappel en groente te proeven in de soep, maar kinderen vinden het gepureerd misschien lekkerder. Kijk dus wat er bij jouw gezin past! Dit recept is bedoeld voor 4 personen.

INGREDIËNTEN

- 2 blikken maïs van ongeveer 285 gram (uitlekgewicht)
- 1 ui
- 5 middelgrote kruimige aardappels (verschillende kleuren is leuk!)
- 1 teen knoflook, geperst
- 1 stengel bosui, in ringetjes gesneden
- 2 grote wortelen/penen in blokjes gesneden
- 1 liter groentebouillon
- 1 theelepel gemalen komijnpoeder
- halve theelepel paprikapoeder
- peper en zout, naar smaak
- zonnebloemolie



Aan dit recept kun je nog veel meer groente toevoegen natuurlijk!

BEREIDING

1. Schil de aardappels en snijd ze in kleine blokjes
2. Zet de soeppan op laag tot middelhoog vuur en verwarm hier wat zonnebloemolie in.
3. Fruit de gesnipperde uit in de soeppan voor ongeveer 5 minuten tot ze glazig zien. In de laatste minuut mag ook de geperste knoflook erbij.
4. Voeg nu het komijnpoeder en paprikapoeder toe en bak dit mee voor 1 minuut.
5. Bak nu de blokjes aardappel en wortel mee voor 2 minuten.
6. Laat de maïs uitlekken in een vergiet en spoel het onder de kraan af. Doe dan de maïs bij in de soeppan en bak mee voor 1 minuut.

7. Voeg de groentebouillon toe en kook de soep voor ongeveer 20 minuten, tot de aardappels gaar zijn.
8. Proef de soep en voeg naar smaak peper en zout toe.
9. Als je wilt kun je nu de soep nog pureren.

Serveer de soep met wat ringetjes bosui.

Eet smakelijk!

Geïnspireerd op een recept van Wakker Dier