

Misosoep voor een Japanse maaltijd

Yumi uit het kinderboek *Hé, wie ben jij?* eet iedere dag graag vis met rijst. Maar een typisch Japanse maaltijd bestaat vaak uit meer dan alleen dat. Vrijwel elke maaltijd bestaat uit: rijst, vis en een soep, misosoep. Daarbij worden dan nog groenten geserveerd. Dit alles komt in kleine bakjes op een laag tafeltje of een blad. En het wordt gegeten met stokjes! Wist je dat je je kind ook gemakkelijk met stokjes kunt laten eten? Er is een trucje voor! In de activiteitengids staat dat uitgebreid beschreven!

Om zelf een Japanse maaltijd te maken bak je de vis in een pan, je kookt de rijst (het liefst kleefrijst) en je maakt daarbij onderstaande misosoep met groente. Daarnaast kun je nog extra bijgerechtjes maken zoals een salade of omelet. Dit recept is voor 4 personen.

INGREDIËNTEN

- 1 liter dashi bouillon (1 liter water en een zakje kombu dashi poeder)
- 1/2 blok stevige tofu in blokjes van 1cm gesneden
- 8 peultjes, schoongemaakt en een paar minuten geblancheerd
- 4 el donkere (rode) miso pasta
- snufje shichimi togarashi



BEREIDING

1. Doe de dashipoeder bij het water en breng de bouillon aan de kook.
2. Voeg de tofu en de peultjes toe.
3. Doe wat van de bouillon in een kommetje, meng daar de miso pasta door en voeg dit toe aan de bouillon in de pan. Breng de soep aan de kook en zet dan onmiddellijk de warmtebron uit.
4. Serveer de soep in mooie kommen en strooi er een snufje shichimi over.

EET SMAKELIJK!

Bron: Proef Japan