



DE VRIJHEIDSSOEP VAN LONDON LOY

Maissoep met kokos en zoete aardappel

Recept voor 6 personen: ongeveer 2 liter soep

Ingrediënten

Soep

- 3 eetlepels milde olijfolie, om te bakken
- 3 sjalotjes, grof gesneden
- 2 grote zoete aardappels, geschild en in fijne blokjes gesneden (of biologisch ongeschild, de schil dan eerst goed wassen)
- 3 blikken mais (uitgelekt 855 gram)*
- 1,5 theelepel paprikapoeder
- 1,5 theelepel komijnpoeder
- 1 theelepel korianderpoeder
- 1 theelepel kurkumapoeder
- 1,5 l water
- 400 ml kokosmelk
- 2,5 afgestreeken eetlepels zout
- Sap van 1 limoen (biologisch). Gebruik de geraspte schil eventueel als garnering, wel eerst wassen.
- 1 teen knoflook, fijngehakt (desgewenst)

Garnituur

- 6 flinke eetlepels mais/aardappel, beetbaar
- 1 bakje (15 gram) fijngehakte platte peterselie
- 4 à 6 eetlepels gefrituurde uitjes

Extra smaak

- 4 à 6 eetlepels gedroogde geraspte kokos
- Rasp van de limoen
- Krokante chili in olie (merk Lao Gan Ma of je favoriete merk)

Keukenspullen

- Grote kookpan/soeppan
- Staafmixer
- Zeef

* De soep kan ook van verse mais gemaakt worden: snijd dan de korrels met een groot scherp mes van vier maiskolven en gebruik de korrels in de soep.

Bereiding

Verhit de olijfolie in de pan. Fruit de sjalotjes 5 minuten en voeg desgewenst het fijngehakte teentje knoflook toe, fruit 1 minuut mee. Doe de zoete aardappelen, mais, paprikapoeder, komijnpoeder, korianderpoeder en kurkumapoeder erbij. Bak dit mengsel in ongeveer 8 minuten. Af en toe even omroeren.

Voeg het water en de kokosmelk toe. Het zout mag er ook bij. Roer alles even door. Laat de soep 15 à 20 minuten zachtjes pruttelen. Roer af en toe.

Check na 10 minuten of de mais en zoete aardappelen beetbaar zijn. Is dat het geval, haal er dan zes flinke eetlepels uit en zet apart. Dit wordt straks als garnituur gebruikt.

Roer op 't laatst het limoen sap door de soep. Haal de pan van het vuur. Maal de soep fijn met een staafmixer. Wil je een grove structuur in je soep, dan hoef je de soep niet te zeven; wil je de soep fluweelzacht (wat echt lekker is), zeef dan de soep. Druk met de bolle kant van een soeplepel de soep door de zeef.

Vind je de soep wat te dun, voeg dan een klein beetje maizena toe. Maar liever niet.

Serveer de soep in je favoriete kom en garneer met de apart gezette mais en zoete aardappel, peterselie en gefrituurde uitjes. Voeg naar keuze geraspte kokos, wat limoenrasp of krokante chili in olie toe.

Tips

- ✓ Voor extra pit: kook een hele madame-jeanettepeper (niet in stukjes: brandgevaar!) mee met de soep en verwijder die voor het opdienen.
- ✓ Snijd 4 uien in dunne halve ringen en stooft die zachtjes ruim 30 minuten. Af en toe omscheppen. Deze zoete gekarameliseerde uien zijn als garnering echt een smaakfeest.
- ✓ Wel vlees? Gebruik kippenbouillon in plaats van water en laat een kipfilet in de soep garen. Haal de kipfilet uit de pan, trek het vlees in 'draadjes' en voeg dit later als garnering toe aan de soep.
- ✓ Of eet de soep met wat rijst en gebakken zoutvlees.
- ✓ Noedels doen het ook goed in de soep: maak de soep iets dikker, dan wordt het meer een lekkere saus.
- ✓ Zo zie je: met een beetje zin en wat creativiteit kun je met deze soep alle kanten op – oké, bijna alle kanten dan!

GENIET ERVAN!

