



Chinese tomatensoep

Het makkelijke recept voor een overheerlijke Chinese tomatensoep! Makkelijk om te maken, binnen 45 minuten klaar en waanzinnig lekker.



4.23 van 258 stemmen

♥ Opslaan



Vorbereiding:
10 minuten



Bereidingstijd:
20 minuten



Totale tijd:
45 minuten

✎ Hoeveelheid: 6 kommen

WAT HEB JE NODIG (INGREDIËNTEN):

- 2 stuks kipfilet (ca. 300 gram)
- 2 eieren (middel)
- 1 liter kippenbouillon
- 1 blik tomatenblokjes (400 gram)
- 1 blikje tomatenpuree (70 gram)
- 2 teentjes knoflook
- 2 bosui
- 1 ui
- 25 gram taugé
- 3 eetlepels appelmoes
- 2 eetlepels maizena
- 1 eetlepel suiker
- 1 eetlepel gembersiroop

- 1 theelepel geraspte verse gember
- olie, peper en zout

ZO MAAK JE HET (BEREIDINGSWIJZE):

1. Snipper het uitje en snijd de knoflookteentjes fijn.
2. Verhit een beetje olie in een soeppan en fruit de ui en knoflook aan tot deze glazig worden.
3. Voeg dan de geraspte gember toe en bak dit kort mee.
4. Daarna de tomatenpuree erbij en deze ook even kort meebakken.
5. Voeg dan de bouillon samen met de appelmoes, gembersiroop, tomatenblokjes, kipfilet en de suiker toe. Roer goed door elkaar en laat dit vervolgens ongeveer 15-20 minuten pruttelen tot de kipfilets gaar zijn.
6. Terwijl de soep lekker aan het pruttelen is gaan we de omelet maken welke we straks op de soep serveren. Kluts hiervoor 1 eitje in een kom en bak deze met een beetje olie in een koekenpan tot een dunne omelet.
7. Breng op smaak met peper en zout en herhaal dit met het andere eitje zodat je twee dunne omeletten hebt. Rol de omeletten op en laat ze afkoelen, Snijd ze vervolgens in dunne plakjes.
8. Haal de kipfilets uit de soep als ze gaar zijn en pluis de kipfilets vervolgens. Dit doe je door met een vork het vlees los te trekken.
9. Zet de staafmixer in de soep en pureer deze mooi glad.
10. Doe daarna de kip weer terug in de soep.
11. Meng de maizena met 2 eetlepels water en doe dit door de soep. Laat de soep nog even rustig koken en iets indikken.
12. Snijd alvast de bosui in dunne ringetjes.
13. Verdeel de soep over 6 kommen en verdeel hierover de plakjes omelet, ringetjes bosui en de taugé. Eet smakelijk!

VOEDINGSWAARDEN INDICATIE (PER PERSOON/ PORTIE):

Calorieën: 197kcal | Koolhydraten: 15g | Eiwitten: 19g | Vetten: 6g | Verzadigd vet: 1g

**Merkmamen in dit artikel kunnen het gevolg zijn van een betaalde samenwerking. Sommige linkjes op deze pagina kunnen affiliate links zijn. Lees meer: disclaimer.*



RECEPT BEWAREN?

Klik op 'recept opslaan' en sla hem op in je eigen collectie.