



Oranje-soep

Maak zelf de lekkerste pompoensoep

De kleur van ons Koningshuis: oranje! Dit wordt een heerlijk soepje. Met slechts een paar ingrediënten maken we deze lekkere en gezonde pompoensoep.

Duratie	: 30 minuten
Vorbereidingstijd	: n.v.t
Ontwikkelingsgebied	: Cognitieve ontwikkeling, Creatieve ontwikkeling, Motorische ontwikkeling
Doelgroep	: Kleuter (4 tot 6 jaar), 6-8 jaar, 8-12 jaar
Soort activiteit	: Eten en drinken
Groepsgrootte	: Groep tot 3 kinderen, Groep tot 10 kinderen, Groep meer dan 10 kinderen



Wat heb je nodig?

- 1 pompoen
- 2 uien
- 2 tenen knoflook
- 1 rode peper
- olijf- of zonnebloemolie
- 2 theelepels kerriepoeder
- 800 ml bouillon
- crème fraîche
- een grote snijplank
- een scherp koksmes
- scherp aardappelschilmesje
- lepel
- (beslag)kom
- ruime pan met dikke bodem
- pollepel
- maatbeker
- staafmixer

Kijktip!

Kijk dit filmpje om te zien hoe je deze pompoensoep maakt:

- <https://www.youtube.com/watch?v=M94mFQhA9NQ>

Aan de slag!

Om al het afval te verzamelen, is het handig om dit in een (beslag)kom te verzamelen. Op die manier kun je alles later in één keer weggooien, en houd je een schoon en net aanrechtblad.

- Snijd de pompoen in parten. Verwijder de zaadlijsten met een lepel, en verwijder de schil met een aardappelmessje.
- Snijd het vruchtvlees in blokjes van ongeveer 2 centimeter.
- Snijd het steeltje van de peper, en halveer de peper in de lengte. Verwijder de zaadlijst met een scherp mesje, en snijd het vruchtvlees fijn.
- Snijd ook de knoflook fijn, en de ui in parten.
- Verhit de olie in een ruime pan met een dikke bodem. Fruit de peper, de knoflook en de ui en 2 theelepels kerriepoeder twee minuten op middelhoog vuur.
- Voeg nu de blokjes pompoen toe en bak dit al omscheppend 2 minuten.
- Voeg nu 800 ml bouillon toe. Breng dit aan de kook en laat het op laag vuur 15 minuten zachtjes koken. Haal de pan van het vuur en pureer het met een staafmixer tot een egale soep. Serveer de soep met een dot crème fraîche. Eet smakelijk!





Bron:

- <https://www.youtube.com/watch?v=M94mFQhA9NQ>

