



Vrolijke paashaassoep

Gezonde soep gegarneerd als paashaas!

Alles is eetbaar: zelfs de snorharen. Een gezond en lekker soepje, ideaal als lunchgerecht!

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	: Individueel, Groep tot 3 kinderen, Groep tot 10 kinderen, Groep meer dan 10 kinderen



Wat heb je nodig?

Voor 4 personen:

- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 3 el olijfolie
- 1 courgette
- 300 g spinazie
- 1 liter kippenbouillon, van tablet
- 100 ml kookroom

Wat gaan we doen?

We maken een gezonde soep waarbij we het garneren op een manier waarop het op een paashaas gaat lijken. De paashaas krijgt ogen en een neusje van ei, oren van spinazieblaadjes en snorharen van courgette. Dat wordt smullen!

Vorbereiding:

Snipper de ui. Pers de knoflookteen. Was de courgette en snijd deze in stukjes. Was de spinazie.

Aan de slag!

- Bak de ui glazig en de knoflook kort aan in een pan met hete olie.
- Leg wat reepjes courgette apart en doe de rest bij de ui en knoflook in de pan. Bak in ca. 10 minuten gaar. Roer af en toe om.
- Voeg handje voor handje de spinazie toe. Leg ook wat blaadjes spinazie apart.
- Schenk de bouillon erbij als alle spinazie is toegevoegd.
- Laat de soep ca. 15 minuten op laag vuur garen.
- Pureer de soep in de pan met een staafmixer en giet de room erbij.
- Bak 2 eieren in een koekenpan. Laat helemaal stollen.
- Schenk de soep in 4 kommen.

Maak de paashaassoep af met ogen en een neusje van ei, oren van spinazieblaadjes en snorharen van courgette. Dat wordt smullen!

Bron:

- <https://www.plus.nl/recept/vrolijke-paashaassoep-r-pm0024>



