Soepen / Honduras

Conch soep



Schelpsoep in kokosmelk met cassave en bakbanaan. De Garifuna-keuken van de Caribische kust.

Tijd 95 min **Personen** 5

Dit heb je nodig.

- ☐ 700 g Zeeschelp of inktvis
- ☐ 600 ml Kokosmelk
- ☐ 400 g Cassave
- ☐ 2 stuks Groene bakbanaan
- ☐ 2 stuks Wortelen
- ☐ 1 stuk ui
- ☐ 5 teentjes knoflook
- ☐ 1 stuk Paprika
- ☐ 30 g Koriander
- ☐ 1 theelepel Achiote
- ☐ 2 stuks limoenen
- ☐ 40 ml Plantaardige olie
- ☐ Zout en peper — naar wens

Zo maak je het.

01 Sla de schelp met een hamer en snijd hem in kleine stukjes. Knijp er limoen overheen.

02 Fruit de ui, knoflook en peper in olie met de achiote tot ze zacht zijn.

03 Voeg de helft van de kokosmelk toe, laat het water staan en breng het naar boven.

04 Voeg de schelp toe en laat veertig minuten sudderen, tot ze gaar zijn.

05 Voeg de cassave, bakbanaan en wortel in grote stukken toe en kook twintig minuten.

06 Voeg de resterende dikke kokosmelk toe en verwarm deze vijf minuten zonder te koken.

07 Bestrooi met koriander en serveer met limoen en gebakken bakbanaan.

Recept & herkomst UniTools / UniTools — theunitools.com / CC BY-SA 4.0.

Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC BY-SA 4.0

Foto: Eugene Kim from San Francisco, USA / CC BY 2.0 / UniTools. Uitsnede aangepast voor deze pagina.

Nederlandse tekst automatisch vertaald; niet culinair nagekeken.

recipes.dvs-services.be / sopa-de-caracol