

Ingrediënten

- 1 dl azijn naar smaak
- 75 g poedersuiker
- 150 g gesneden rode kool
- 150 g 'rauwe' rijst (buideltje!)
- 1 kleine ui of ovale sjalot
- 5 dl groentebouillon
- 3 dl kokosmelk
- 8 buitenste bladeren van Hollandse sla
- 10 g gebakken pompoenpitten
- 1 dl yoghurt
- Rasp van een citroen
- Nootmuskaat
- 1 theelepel kerrie of kurkuma
- Zout en peper
- 1 appel
- 7 blaadjes mint
- 10 stukjes cerise tomaatjes

Benodigdheden:

- Kookpan met deksel
- Bakpan
- Snijplank
- Mes
- Afruimbakjes
- Warmtebron
- Bolzeef
- Garde
- Diep Bord
- Eetlepel
- Staafmixer
- Eventueel theepot om de soep aan tafel in het bord te kunnen schenken



PIERRE
WIND

Porties: 2 personen
Bereidingstijd: 35 minuten

Sla kokos maaltijdsoep



1 Doe de azijn en poedersuiker in een mengkom. Goed egaal roeren. Doe de rode kool erin. Minimaal half uur er in laten zitten. Af en toe roeren. Hoeft niet, maar ik doe het in de koeling.



2 Doe koude groentebouillon (of: koud water en groentebouillonpoeder), in een kookpan. Doe het rijstbuideltje erin, zodat ie onderstaat. Zo niet, dan iets meer bouillon toevoegen, zodat de rijst wel onderstaat. Op de warmtebron zetten en aan de kook brengen. Wanneer aan de kook, dan de pan direct van het vuur. Laat de rijst tussen de 20 en 30 minuten in het vocht (in de kookpan met deksel erop) staan.



3 Intussen de rode koolsalade afmaken. Maak de ui (of ovale sjalot) schoon en snijdt dunne halvingen van de ui. Pluk wat blaadjes mint en leg die op elkaar. Snijdt dan dunne reepjes van de mint. Voeg de uienringen, yoghurt en de reepjes mint aan de rode kool toe. Breng op smaak met peper. Zet het geheel in de koeling!



4 Halveer de appel. Klokhuis en schil kun je eraan laten zitten. Verwijder alleen de steel en pitjes. Snijd dunne halve plakjes. Ongeveer even dik. Eventueel de appelplakjes door de azijn of citroensap halen. Dit om eventueel verkleuren te voorkomen. Ga je de appel snel serveren, dan is het niet nodig om de appel door azijn of citroensap te halen.



5 Haal rijstbuideltje uit pan. Voeg aan de overgebleven bouillon de kurkuma (of kerrie), nootmuskaat, kokosmelk, peper en zout naar smaak toe. Je kunt de soep nog extra body geven met rasp van de citroenschil. Hoeft niet. Maar is een extra touch!



6 Verwarm het geheel. Voordat het begint te koken de pan van de warmtebron halen. Voeg de gewassen slabladeren in stukken toe. Pureer het met de staafmixer tot een egale emulsie. Proef de soep en eventueel bijsturen!



7 Doe in een diep bord rijst, met daarop uitgekookte rode koolsalade. Strooi de gebakken pompoenpitten erop. Op de salade de plakjes appel en een slablaadje. Eventueel takje mint. Leg, per persoon, om de rijst 5 stuks cerise tomaatjes. Schenk aan tafel de soep in het bord.

Pierre Wind
SLA
KOKOS
MAALTIJDSOEP

Verhaal achter het gerecht

Kokkin Marit leek het een goed idee om een pompoensoep met rode koolsalade te maken. De brainstormsessie duurde maar kort, want ik haalde direct mijn oude vertrouwde slasoep naar voren. Echt een Windiaanse 'klassieker'.

De rode kool geeft een lekkere frisse bite aan de soep en is ook nog eens heel gezond, het zit vol vitamines, mineralen en bevat ontstekingsremmende stoffen.

De specerijen in de soep maken het extra hartig, de rijst verzacht de smaak en de kokos-sla-smaak verrast. Een waar avontuur in deze smaakreis. In de Romeinse tijd werd er al slasoep gegeten. Dit is één van de redenen waarom dit recept in mijn top tien staat. De belangrijkste reden is natuurlijk die van Lekkâh. Daarbij is dit gerecht bij zonnig weer een aanrader. Het koude frisse gevoel van de salade met als tegenhanger de warme slakokossoep. Echt, te gek. Daarbij, is het niet ingewikkeld om te maken.