

Ingrediënten voor 4 personen

1 zoete aardappel 1 rode ui,
gesnipperd 2 teentjes knoflook,
geraspt 1 stuk verse gember,
geraspt klein blikje tomatenpuree
4 el pindakaas 1/2 tl djinten
(komijnpoeder) 1 tl red pepper
flakes 1 liter bouillon (2 blokjes
en een liter water) 2 el olie

Tijd: 20-30 min.

Keuken: Afrikaans

Soort_gerecht: Soep

Eigen_keuken: Nee

Vegetarisch: Ja

Afrikaanse pindasoep

Lekkere soep op basis van zoete aardappel en pinda(kaas).

Bereidingswijze

Fruit de gesnipperde ui in de olie. Schil en snij de zoete aardappel in blokjes van hooguit 1 cm, bak ze mee met de uien. Als de uien glazig zijn, de knoflook en gember meebakken, tot het gaat geuren. Dan de komijn en de red pepper flakes er bij en goed doorroeren. De tomatenpuree en pindakaas toevoegen en het geheel goed mengen. Vervolgens de bouillon toevoegen en de soep aan de kook brengen. Als het kookt, het vuur laag zetten en het geheel 15-20 minuten laten doorkoken. Dan met een stamper de zoete aardappelblokjes fijnstampen; dit hoeft niet glad te worden, de soep moet structuur houden. Wel zal de soep zich zo wat binden. Nog even doorpruttelen en dan is de soep klaar.

Serveertips

Serveren met fijngehakte (ongezouten) pinda's, gesnipperde bosui en eventueel een lekker stukje brood.

