

Ingrediënten voor 4 personen

24 mosselen, schoongeboend
250 ml water plantaardige
bakplaatinvetter 2 theel
plantaardige olie 2 middelgrote
uien (of 1 ui en 1 prei), fijngehakt
2 stengels bleekselderij met blad,
schoongemaakt en
kleingesneden 1 grote wortel, in
de lengte en daarna in plakjes
gesneden 3 eetl zeer fijngehakte
magere ham 2 teentjes knoflook,
uitgeperst 5 takjes verse
peterselie 1 takje verse of 1
afgestreken theel gedroogde tijm
500 gr aardappelen, geschild en
in dobbelsteentjes gesneden 600
ml visbouillon 250 ml halfvolle
koffiemelk zout versgemalen
peper tabasco 3 eetl fijngehakte
verse peterselie paprikapoeder

Tijd: 30-60 min.

Keuken: Slanke keuken

Soort_gerecht: Soep

Eigen_keuken: Nee

Vegetarisch: Nee

Amerikaanse Mosselsoep

U kunt hem een dag van tevoren klaarmaken, in de koelkast bewaren en de volgende dag gewoon weer opwarmen (niet koken), garneren en opdienen. Ca. 235 Kcal p.p.

Bereidingswijze

1. Doe de mosselen en het water in een grote pan, breng het water aan de kook, dek de pan af en laat de mosselen 5 minuten stomen tot alle schelpen open zijn. Doe ze in een kom, verwijder exemplaren die niet open zijn en giet het kookvocht door een fijne zeef.
2. Bespuit de pan met bakplaatinvetter en verhit de olie hierin. Voeg de uien, bleekselderij, wortel, ham, knoflook, peterselie en tijm toe, dek de pan af en laat alles, onder af en toe roeren, 8 minuten fruiten tot de groenten zacht zijn.
3. Doe de aardappelen, het achtergehouden mosselvocht en de visbouillon erbij en laat alles 15 minuten zachtjes doorkoken in de afgedekte pan tot de aardappelen gaar zijn.
4. Verwijder het takje tijm en pureer de helft van de groenten met circa 125 ml van het vocht met een Keukenmachine. Doe deze puree terug in de pan (voor een dikkere soep moet u meer groente pureren, voor een dunnere soep kunt u wat extra visbouillon (ca. 6 Kcal per 1/4 l) toevoegen).
5. Roer de koffiemelk door de soep en laat alles goed doorwarmen maar niet meer aan de kook komen.
6. Haal de mosselen uit de schelpen, snijd ze eventueel doormidden en schep ze door de soep. Breng alles eventueel op smaak met wat zout, peper, tabasco, schep de soep in warme kommen en garneer hem met fijngehakte peterselie en wat paprikapoeder.