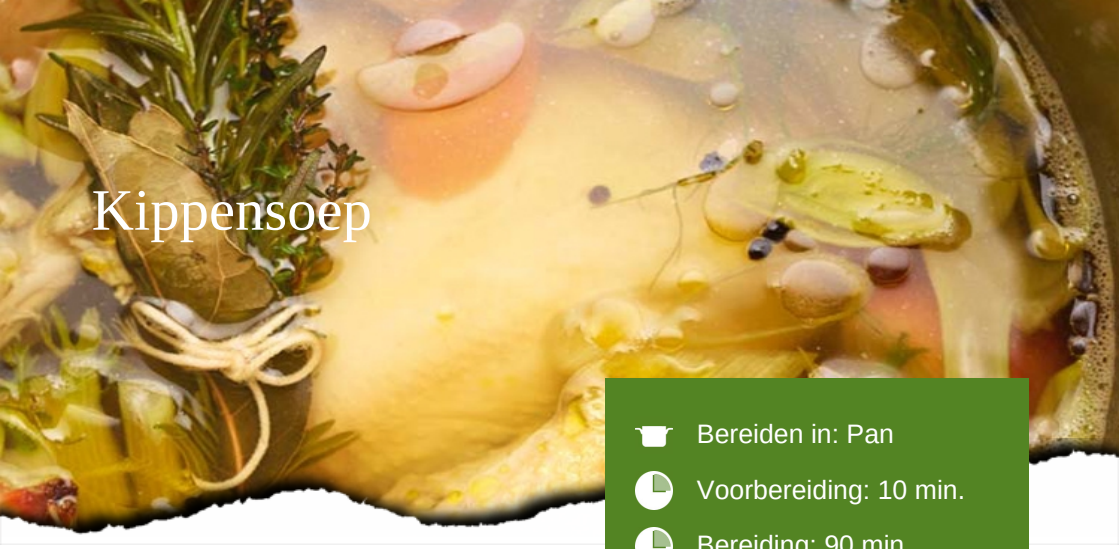


Kippensoep

Bereiden in: Pan

Voorbereiding: 10 min.

Bereiding: 90 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- Voor de bouillon
- 2,5 l water
- 1 kip van ca. 1,3 kg
- 4 tl zeezout
- 3 stengels bleekselderij, grof gesneden
- 1 prei, grof gesneden
- 1 wortel, in plakjes van 1 cm
- 1 grote ui, grof gesnipperd
- 2 tenen knoflook, grof gesneden
- ½ tl peperkorrels
- 10 takjes rozemarijn
- 5 takjes tijm
- versgemalen zwarte peper en zeezout
- Voor de vulling:
- 1 wortel, in dobbelsteentjes
- 1 prei, in dunne halve ringen
- 3 stengels bleekselderij, in boogjes

Voedingswaarde

Wist u dit

Wist je dat Kippensoep, zélfgemaakte kippensoep,een mythische status heeft als griepbestrijder. Niet voor niets wordt kippensoep ook wel Joodse penicilline genoemd. Verschillende onderzoekers hebben geprobeerd ook objectief vast te stellen dat kippensoep griep en verkoudheid geneest. Tot dusver echter zonder overtuigend bewijs. Wat wel overtuigend is: de heilzame werking van zorg en aandacht die besteed worden aan soep. Aan de slag dus! Met dit eenvoudige recept.

Textielstraat 13 | 7483 PC Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl



Kippensoep

Bereiding

1. Breng voor de bouillon in een soeppan het water aan de kook met de kip en het zeezout.
2. Schep het schuim van het oppervlak. voeg de groenten, peperkorrels, rozemarijn en tijm toe
3. Laat de bouillon circa 60 minuten trekken op laag vuur, tot je een poot van de kip makkelijk kunt lostrekken van het lijf.
4. Haal de kip uit de bouillon en laat die afkoelen. Veeg de pan schoon.
5. Zeef de bouillon, giet hem terug in de pan en voeg de vulling toe.
6. Pluk het vlees van de kip, snijd het in dunne reepjes en voeg die toe aan de bouillon.
7. De soep is klaar als de wortel zacht is. Breng op smaak met zwarte peper en zeezout. Serveer de soep met peterselie.

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten