

Linzensoep



Voorgerecht

Soep

4 personen

Land: Thailand

Bereidingstijd: Voorbereiding: 40 min. Bereiding: 10 min.

Seizoen: zomer



Ingrediënten

- 400 ml kokosmelk
- 1 ui gesnipperd
- 2 el olie
- 1 cm verse gember gehakt
- 1 cm Spaanse peper van de punt gesneden
- 1 teen knoflook gehakt
- 250 gram bruine of rode linzen
- 1 el tomatenpuree

- 1 stengel citroengras (sereh)
- 1 limoen
- 1 tl bruine suiker
- 1 el Thaise vissaus
- 1,5 bouillonblokje (liefst paddestoel)

Bereidingswijze

1. Bovenin een blik kokosmelk – mits niet geschud – drijft een laag kokosroom. Schep die er af en probeer zo min mogelijk dunne kokosmelk mee te krijgen. Bewaar dat in een bakje, afgedekt, in de koelkast.
2. Verhit de olie in een soeppan en bak er de ui glazig in op niet te hoog vuur. Voeg dan de gember, Spaanse peper en knoflook toe en bak tot de knoflook gaat kleuren. Doe de linzen in de pan met 2 dl van de kokosmelk, de tomatenpuree en het citroengras. Schenk er 3/4 liter water bij tot 5 cm boven het niveau van de linzen. Breng aan de kook en laat zachtjes 30 minuten koken, tot de linzen helemaal stuk zijn.
3. Vis de peper en het citroengras eruit en pureer de soep met de staafmixer of in een blender. Zeef hem en gebruik een houten lepel om hem er goed door te wrijven. Voeg zonodig iets water toe of je juiste dikte te krijgen. Doe de verkruimelde bouillonblokjes erbij en breng aan de kook. Draai dan het vuur uit.
4. Breng de soep op smaak: rasp een limoen heel licht, zodat er alleen groene rasp is zonder wit, in de soep. Pers de limoen uit en voeg het sap toe. Doe de bruine suiker en de vissaus in de soep. Proef en voeg genoeg zout toe, plus naar smaak meer limoenrasp en/of sap. Laat afkoelen. Tot zover kun je alles voorbereiden.
5. Warm de soep op tot kokend. Daarna mag hij met het vuur uit en een deksel op de pan zonodig 15 minuten staan; hij blijft warm genoeg. Serveer en lepel in elk bord soep voorzichtig wat kokosroom.

Tenslotte

Een voedzame zomersoep, die ook niet misstaat voor een kerstdiner en is dan geschikt voor 8 personen door ze in 8 mooie kopjes te serveren. Door de limoen is dit soepje fris en de kruiden geven de soep een volle smaak. Tot slot nog een eenvoudige variant, die ik tijdens mijn verjaardag serveerde, **Libanese Linzensoep**: Voor 4 personen zo'n 225 gram rode linzen een uurtje laten weken. Dan in een zware pan wat olijfolie verwarmen. Daarin een flinke eetlepel komijnzaad (verkrijgbaar in de toko, maar neem dus de zaadjes en **niet** de gemalen variant die djinten heet) even bakken. Daar dan weer een grote fijngehakte ui bij doen en fruiten. Dan de afgegoten linzen erbij. Een liter bouillon (kip, groente of rund) er bij gieten en aan de kook brengen. Nog een half uurtje zachtjes laten pruttelen. Daarna pureren met een staafmixer. En tenslotte op smaak brengen met peper en zout. Opdienen met bijvoorbeeld wat stevige yoghurt, wat grofgemalen of gevijzelde komijnzaadjes, wat knapperig gebakken uien en fijngehakte koriander. Een paar druppeltjes citroensap of sumak (verkrijgbaar in de Turkse winkel) zijn ook lekker als je van een zuurtje houdt. Geef er zacht Libanees of Turks brood bij.