

Woksoep



Hoofdgerecht

maaltijdsoep

4 personen

Land: China

Bereidingstijd: 20 minuten

Seizoen: hele jaar door



Ingrediënten

- 400 g kipfilet
- versgemalen peper
- 1 tl paprikapoeder
- 1 rode Spaanse peper
- 1 ui
- 200 gr winterwortel

- 3 el zonnebloemolie
- 2 teentjes knoflook
- 400 gr gesneden spitskool (of Chinese kool of savooiekool)
- 200 gr shii-take of champignons
- 1,5 l kippenbouillon (van tablet)
- 2 el gehakte selderij of peterselie (vers of diepvries)

Bereidingswijze

1. Snijd de kipfilet in reepjes en bestrooi ze met peper en paprikapoeder. Halveer de Spaanse peper en snijd deze, zonder de zaadjes, in reepjes.
2. Pel de ui en snipper deze. Schrap de wortel en snijd deze in lange smalle reepjes.
3. Verhit de olie in een wok en bak de kipreepjes hierin in 2 minuten goudbruin.
4. Voeg de ui, de geperste teentjes knoflook, de spitskool en de wortel toe en roerbak alles 3 minuten. Schenk de kippenbouillon erbij en kook zachtjes 3 minuten.
5. Borstel de paddestoelen, verdeel ze in reepjes en kook ze 3 minuten in de soep mee. Bestrooi de soep met selderij of peterselie.

Tenslotte

In China kent men niet zoals in 't westen de volgorde voorgerecht, hoofdgerecht, nagerecht, maar in principe worden alle gerechten gelijktijdig geserveerd en ook gegeten. Dat betekent, dat er gedurende de hele maaltijd soep gegeten wordt of gedronken. Want soep dient in China ook als 'drank' bij de maaltijd. In de Chinese keuken wordt altijd kippenbouillon gebruikt en wel in zoveel gerechten dat het handig is een grote hoeveelheid te maken. Wat niet gelijk gebruikt wordt kan na afkoeling in porties worden ingevroren. Het kippenvlees is dan te gebruiken voor o.a. salades en loempia's. Voor **Woksoep met oesterzwammen**, verhit je 2 el wokolie in een wok of hapjespan. Dep 300 gr runderreepjes droog met keukenpapier. Roerbak de vleesreepjes op een hoge stand 2 minuten. Schep ze uit de pan en houd ze warm. Roerbak in het bakvet van het vlees 200 gr oesterzwammen, in reepjes, 6 lente-/bosuitjes en 2 teentjes geperste knoflook 2 minuten. Giet 8 dl vleesbouillon van tabletten of uit een pot erbij en verwarm alles. Schep 100 gr taugé en 2 el vissaus erdoor. Voeg de runderreepjes toe en warm even door. Je kunt voor de bosuitjes ook peultjes nemen. Heb je geen vissaus, gebruik dan oestersaus of ketjap manis. Voor **Woksoep met biefstuk** (Pho) breng je 1½ liter vleesbouillon aan de kook in een wok. Snijd 5 cm gember in flinterdunne plakjes. Rol 1 halve rode peper tussen je handen zodat de zaadjes eruit vallen. Snijd het vruchtvlees in ringetjes. Voeg de gember, peper, 2 kruidnagels, 1 steranijs en 1 kaneelstokje toe aan de bouillon en laat op laag vuur met de deksel op de wok 20 minuten trekken. Verwijder vervolgens de kruidnagels en het kaneelstokje. Kook 100 gr mihoen in 3 min. gaar in de soep. Voeg na 1 minuut 1 broccoli in roosjes en plakjes toe. Snijd ondertussen 300 gr biefstuk in dunne plakjes. Snijd 1 limoen in partjes. Snijd 1 bakje koriander grof. Breng de soep op smaak met 2 el vissaus. Schep in kommen en verdeel de plakjes biefstuk erover. Garneer met een partje limoen, 2 bosuitjes in ringetjes gesneden en bestrooi met de koriander.