

Kipsoep met Vermicelli, Worteltjes en Champignon

RECEPT

PREP: 10 MIN

COOKING: 25 MIN

PORTION(S): 1

LUNCH

DIFFICULTY: MAKKELIJK

Kipsoep met vermicelli is een echte klassieker: licht, voedzaam en perfect voor het hele gezin. In dit recept combineren we malse kipfilet met vermicelli, worteltjes en champignons voor een smaakvolle, gezonde maaltijd. Het is eenvoudig te maken en ideaal om samen met je kinderen te bereiden. Zo wordt koken niet alleen lekker, maar ook een leerzaam en gezellig moment. Laten we samen duiken in dit heerlijke recept!

Author(s): Nestlé FamilyNes Netherland

Ingrediënten

- 15 gram vermicelli
- 30 gram kipfilet
- 500 ml gekookt water
- ¼ wortel (ca. 30 gram)
- 15 gram prei
- 1 champignon

Bereidingswijze

Voorbereiding

1. ### Snijden en Voorbereiden

   Begin met het snijden van alle ingrediënten. Dit is een leuke en makkelijke manier om kinderen bij het koken te betrekken. Laat ze (onder toezicht) helpen met het wassen van de groenten en het snijden. Hier zijn enkele tips voor het snijden van de groenten:

   Wortel: Schil en snijd in dunne plakjes of kleine blokjes. Kinderen kunnen helpen door de wortel in kleinere stukken te snijden, zodat deze sneller gaart in de soep.

   Prei: Snijd in dunne ringen en spoel goed af, aangezien er vaak zand tussen de lagen zit.

   Champignon: Snijd in dunne plakjes. Laat je kinderen zien hoe je dit veilig doet met een scherp mes.

2. ## Koken van de Kip

   Kook de kipfilet in een middelgrote pan. Snijd de kipfilet vooraf in kleine blokjes voor een snellere bereiding. Voeg de blokjes toe aan 500 ml gekookt water en breng aan de kook. Dit is een goed moment om met je kinderen te praten over hoe kip gerechten een andere smaak en structuur kan geven.

3. ## Voeg de Groenten Toe

   Zodra de kip gaar is, voeg je de gesneden groenten toe aan de pan. Dit is een mooi moment om je kinderen te laten ervaren hoe de kleuren en geuren van de groenten veranderen tijdens het koken. Leg uit hoe dat groenten niet alleen smaak geven aan de soep, maar ook zorgen voor een aantrekkelijk uiterlijk en extra voedingswaarde.

4. ## Kooktijd

   Laat de soep ongeveer 10 minuten koken, zodat de groenten gaar en zacht worden. Je kunt deze tijd gebruiken om met je kinderen te praten over het belang van kooktijden en waarom verschillende groenten een andere kooktijd nodig hebben.

5. ## Vermicelli Toevoegen

   Na ongeveer 10 minuten voeg je de vermicelli toe aan de soep. Deze heeft slechts enkele minuten nodig om gaar te worden. Het is een leuk moment voor kinderen om te zien hoe de vermicelli verandert tijdens het koken.