

Marokkaanse soep met (Turks) brood

Benodigheden

- 1 kookvuur
- 1 kookpot met deksel
- 2 maatbekers
- 1 grote mengkom
- 1 grote antikleefpan
- 1 zeef of vergiet
- 1 spatel
- Enkele keukenmesjes
- Enkele snijplanken
- Minstens 1 staafmixer
- Soeplepels (afhankelijk van aantal leerlingen)
- Soepkommetjes (afhankelijk van aantal leerlingen)
- Kleine borden (afhankelijk van aantal leerlingen)

Ingrediënten voor ongeveer 5 porties

- 1 ui
- 1 knoflookteentje
- 2 eetlepels olijfolie
- 1 blik kikkererwten met vocht (400 g)
- 2 blikken gepelde tomaten (800 g)
- Sap van een halve citroen
- 200 ml water
- 1 eetlepel ras el hanout
- 1 handje verse peterselie
- Zout
- Peper
- Oud brood of Turks brood (naar keuze)



Kooktip: 0,5 eetlepel ras el hanout kan je vervangen door 0,5 theelepel komijn, 0,5 theelepel kaneel en 0,5 theelepel gekneusd korianderzaad.

Bereiding

- Pel de ui en de knoflook. Snij deze vervolgens fijn.
- Zet een grote kookpot op het vuur en doe hier de olijfolie in.
- Voeg wanneer de kookpot warm genoeg is de ui en de knoflook toe. Roer regelmatig met een spatel tot de ui glazig wordt.
- Voeg de kikkererwten samen met het vocht, de gepelde tomaten, het citroensap en het water toe.
- Roer goed met een spatel en plaats het deksel op de kookpot.
- Breng de soep aan de kook en laat 10 tot 15 minuten koken met het deksel op de kookpot.
- Breng op smaak met ras el hanout, peper en zout.
- Mix de soep als je dit graag wil.
- Serveer deze maaltijdsoep met de verse peterselie en (Turks) brood.

Chili sin carne met oud brood

Benodigheden

- 2 kookpotten met deksel
- 1 spatel
- Enkele snijplanken
- Enkele keukenmesjes
- Enkele eetlepels
- Zeef of vergiet
- 1 beker per kind
- Kookvuur
- Soeplepels (afhankelijk van aantal leerlingen)
- Soepkommetjes (afhankelijk van aantal leerlingen)

Ingrediënten voor 4 porties

- 1 ui
- 1 teentje knoflook
- Een scheutje olijfolie
- 1 blik witte bonen zonder vocht(400 g)
- 1 blik rode bonen zonder vocht(400 g)
- 1 blik gepelde tomaten (400 g)
- Sap van een halve citroen
- Verse peterselie
- ½ theelepel komijn
- ½ theelepel paprikapoeder
- ½ theelepel zout
- Peper naar smaak
- 1 handje geraspte kaas
- 2 l kraantjeswater

Bereiding

- Pel de ui en de knoflook en snij deze in kleine stukken.
- Snij de verse peterselie fijn.
- Plaats een grote kookpot op het vuur en voeg de olijfolie toe. Voeg de fijngesneden ui en knoflook toe en roer met een spatel tot de ui glazig is.
- Giet de witte en rode bonen in een vergiet en spoel deze met kraantjeswater.
- Voeg de witte en rode bonen, de gepelde tomaten, het citroensap en de kruiden (behalve de peterselie) toe. Roer goed onder elkaar met een spatel en proef of het mengsel goed gekruid is.
- Zet het vuur zo laag mogelijk en strooi de kaas er overheen.
- Laat het mengsel 15 minuten staan op een laag vuur.
- Serveer het gerecht met de fijngesneden peterselie en (Turks) brood.