



Maaltijdsoep van schelvis met venusschelpen en garnalen uit Napels

2 PERSONEN

⌚ 30 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 1 stengel bleekselderij
- ½ tl chilivlokken
- 400 g gepelde tomaten, blik
- 100 ml droge witte wijn
- 100 g schelvis of kabeljauw filet
- 250 g vongole (venusschelpen)
- 8 ongepelde garnalen
- 1 takje platte peterselie + extra
- 1 teen knoflook
- 2 el olijfolie

MATERIAAL: soeppan, staafmixer

ZO MAAK JE HET:

1. Snijd de bleekselderij in boogjes en de knoflook fijn.
2. Verhit in een soeppan 1 el olijfolie.
3. Bak de bleekselderij met de knoflook en de chilivlokken zachtjes 2 minuten in de olie.
4. Schenk de inhoud van het blik gepelde tomaat met het sap in de pan en druk de tomaten met een spatel klein.
5. Breng aan de kook.
6. Schenk ook de wijn erbij.
7. Draai het vuur laag en kook de soep 5 minuten zachtjes.
8. Snijd intussen de vis in stukken en controleer de vongole: gooi kapotte schelpen of schelpen die niet sluiten als je erop tikt weg.
9. Hak de peterselie grof.
10. Doe de vis en de garnalen in de soep en verwarm de soep zachtjes 5 minuten
11. Verhit de laatste 2 el olijfolie in een ruime koekenpan.
12. Schep de peterselie met de vongole door de olie en bak 3-4 minuten tot alle schelpen open staan.
13. Breng de soep op smaak met zout en peper.
14. Schep de soep in de kommen, verdeel de vongole met het kookvocht erover en garneer met peterselie.

* Bij het gebruik van een bouillon of bouillonblokje neem dan een met minder zout. **Advies: voedingscentrum.nl**

** Als je de soep invriest, dan laat je de ingrediënt(en) die je er overheen strooit weg, deze komen na het ontdooien en opwarmen beter tot hun recht, dan erin voor het invriezen.

BRON: deliciousmagazine.nl

