KIKKOMAN

Vissoep met garnalen en kabeljauw

totale tijd **30 min.** **10 min.** voorbereidingstijd **20 min.** kooktijd

Voedingswaarde (per portie):
1.888 kJ / 451 kcal

Vetten: **21 g** Eiwitten: **56 g**
Koolhydraten: **18 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

1 el	boter
3	knoflookteentjes
0,25	gele paprika
0,5	chilipeper
500 g	gezeefde tomaten
1 el	Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus
1 l	groentebouillon
200 g	garnalen
300 g	kabeljauwfilet
0,5	limoen
100 ml	kokosmelk
1 bos(je)	peterselie of koriander

VOORBEREIDING

Stap 1

1 el boter - **3** knoflookteentjes - **0,25** gele paprika - **0,5** chilipeper
Pel en snijd de knoflook. Snijd de gele paprika en chilipeper in stukjes. Smelt de boter in een pan op middelhoog vuur. Voeg de groenten toe en bak 1 minuut.

Stap 2

500 g gezeefde tomaten - **1 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus - **1 l** groentebouillon
Verhit de groentebouillon tot deze heet is. Giet de gezeefde tomaten, Kikkoman Sojasaus en hete bouillon in de pan. Laat 10 minuten pruttelen.

Stap 3

200 g garnalen - **300 g** kabeljauwfilet - **0,5** limoen - **100 ml** kokosmelk - **1 bos(je)** peterselie of koriander
Hak de peterselie of koriander fijn. Spoel de garnalen af en verwijder de staart. Snijd de kabeljauw in dikke blokjes. Voeg de kabeljauw toe aan de soep en na 5 minuten de garnalen. Kook nog 5 minuten. Breng op smaak met het limoensap en de kokosmelk en serveer met de gehakte peterselie of koriander.