**Tijdsduur: 1 uur**

**Samenwerkingsopdracht opdracht**



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Dit heb je nodig:*** Het recept om soep te maken.
* De uitleg over het snijden van groente (wikiwijs arrangement TPV/ Snijtechnieken)
 |  | **Dit leer je:*** Verschillende snijtechnieken
* Soep koken
 |
|  |
| **Dit ga je doen: (aan de slag)**Je gaat vandaag verschillende snijtechnieken oefenen. Van de gesneden groente ga je groentesoep maken.Je volgt de stappen zoals uitgelegd in het recept. |

**Bekijk de opdracht groentesoep en beantwoord de volgende vragen:**

* Wat is (na handen wassen enz.) het eerst dat je doet bij dit recept?
* Waarom doe je dit eerst?

**Heldere groentesoep**

Soep is een van de oudste vormen van bereiding van warm voedsel. Oervolken kookten hun vlees en planten in water om ze makkelijker te kunnen eten(minder taai). Ook ziektekiemen of micro-organismen gaan dood tijdens het koken. Door vlees en/of planten in water te koken krijg je **bouillon**. Op deze manier lossen smaak en geurstoffen uit het vlees en de planten op in het water. Bouillon is dus eigenlijk water met een (lekker) smaakje. Er zitten weinig calorieën in. Na het eten van bouillon krijg je zin om nog meer te eten. Dat is de reden dat je de maaltijd vaak start met een soepje!

Om de bouillon “voller” te maken hebben we daar groenten aan toe gevoegd. Je kunt bouillon voor meer recepten gebruiken, bijvoorbeeld voor saus en ragout. Bouillon kun je trekken uit kruiden en groenten, maar ook uit rundvlees, kippenvlees, vis of varkensvlees.

De soep die je vandaag maakt is een eenvoudige groentesoep. Je kunt variëren met groentes of bijvoorbeeld tomatensap toevoegen. Als je een maaltijdsoep wilt maken kan je bonen of pasta’s toevoegen voor een soep waar je buik goed gevuld van raakt.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Hygiëne voor je begint** * Lange haren in een staart
* Schort voor
* Handen wassen
* Zorg voor een schone keuken
 | **Materialen** * Theedoek
* Vaatdoek
* Grote pan + deksel
* Maatkan
* Mengkom
* Snijplank
* Koksmes
* Vergiet
 | **Ingrediënten per koppel:*** 0.5 liter water
* 1 bouillonblokje
* 50 gram winterpeen
* 50 gram gewassen prei
* 50 gram prei
* 50 gram gehakt
* peper,zout
* 2 eetlepel2 paneermeel
* 1 eetlepel melk
 |

**Bereiding (2 personen)**

1. Zet 0.5 liter water in een grote pan op het vuur.
2. Verpulver de bouillontablet in het water.
3. Als het water kookt, zet je het vuur laag, zachtjes door laten koken.
4. Verzamel:
* 50 gram winterpeen
* 50 gram prei (wassen in vergiet)
* 50 gram ui
1. Snij de groente in kleine stukjes en voeg ze toe aan de soep
* Wortel  **brunoise**
* prei **julienne**
* ui snipperen
1. Meng gehakt, melk, paneermeel en peper en zout in de mengkom
2. Maak er 10 soepballetjes van en doe dit bij de soep.
3. Laat de soep +/- 15 minuten zachtjes doorkoken.
4. Schakel de plaat uit.
5. Was je spullen af en ruim de keuken netjes op.
6. Nu kun je de soep opdienen.
7. Eet smakelijk!