

SOPA

INGREDIËNTEN

- 3 liter water
- 6 wortelen
- 2 grote uien (te koop bij familie Condori)
- 6 blokjes groentebouillon (te koop bij familie Condori)
- 6 aardappelen (te koop bij familie Mamani)
- 1/2^e aarden kommetje rode bonen
- 1/4^e aarden kommetje quinoa

Dit heb je ook nodig

- grote kookpot
- messen
- snijplankjes
- blauwe vergiet
- metalen vergiet



Bereiding

1. Op het kookvuur staat water te koken.
2. Doe de 6 bouillonblokjes in het water.
3. Schil de groenten, doe de schillen in het blauwe vergiet.
4. Snijd de groenten in kleine blokjes, doe ze in het metalen vergiet tot alles gesneden is.
5. Doe alle groenten voorzichtig in het kookwater.
6. Laat goed doorkoken en voeg de quinoa toe.
7. Voeg als laatste de rode bonen toe.
8. Kook alles gaar en roer af en toe in de soep.
9. Verzamel de gebruikte snijplankjes, messen en vergieten en breng ze naar de wasbak van het dorp.

APROVECHO! SMAKELIJK!