



Sjsji

Sjsji is een soort soep van wittekool en wintergroenten. Het gerecht is populair in Oost-Europa en Rusland.

Ingrediënten (voor een kookpot van 8 liter):



300 à 400 g varkensfilet



500 g rundvlees



2 grote aardappels



1 kleine wittekool



1 grote wortel



1 middelgrote ui



1 eetlepel* Vegeta- of Maggi-mix voor groenten



1 theelepel* Italiaanse kruiden



2 à 3 eetlepels* bloem



water



5 à 6 laurierblaadjes



+/- 3 eetlepels* zout



zure room






Recept (nummer 1-6 moet je op hetzelfde moment doen):

1. Doe het water in de kookpot*. Voeg* het vlees toe en laat +/- 2 uur koken*. Het vlees moet gemakkelijk van het bot* komen.
2. Snijd* na 1 uur het vlees in kleine stukken.
3. Snijd* de wortel en de ui in kleine stukken. Doe ze in de pan* en bak* ze +/- 10 minuten. Roer* continu.
4. Voeg* de Vegeta- of Maggi-mix voor groenten en de Italiaanse kruiden toe. Roer* en laat nog 5 minuten bakken*.
5. Voeg* 1/3 van een glas* water toe. Voeg* daarna de bloem toe. Roer* en laat nog 1 à 2 minuten bakken*, tot de groentemix dikker wordt.
6. Haal de pan* van het vuur.
7. Snijd* de wittekool in stukken van 2 à 4 centimeter. Voeg* de wittekool toe aan de pot* met het vlees. Laat de wittekool 20 à 30 minuten meekoken*.
8. Voeg* de wortel en ui uit de pan toe aan de kookpot* met het vlees.
9. Laat de sjtsji nog 20 à 30 minuten koken*.
10. Snijd* de aardappels in stukken van 1 centimeter. Voeg* ze toe aan de sjtsji.
11. Voeg* de laurierblaadjes toe en laat nog 15 minuten koken*. Voeg* zout toe en roer*.
12. Haal de kookpot* van het vuur. Voeg* de zure room toe en serveer de sjtsji.

Tip: Laat de sjtsji een paar uur staan voor je hem eet. Je kan de sjtsji ook een dag vooraf maken. Kook de sjtsji altijd goed als je hem opnieuw opwarmt*.

Woordenschat:

- * bakken: iets heet laten worden in olie totdat je het kunt eten
- * koken – gekookt: warmer laten worden dan 100 °C
- * opwarmen: opnieuw warm maken
- * roeren: met de lepel in iets draaien om het te mengen
- * snijden: met een mes in stukken verdelen
- * toevoegen: bij iets doen

* (het/ bot	
* (de) eetlepel	
* (het) glas	
* (de) kookpot	
* (de) pan	
* (de) theelepel	