

Spinaziesoep met roomkaas



20 minuten



1 persoon



VOEDINGSWAARDE

Energie	243 Kcal
Koolhydraten	6.9 g
Eiwitten	10.1 g
Vet	17.9 g
Vezels	0 g

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 250 ml PowerSlim kruidenbouillon
- 250 g verse spinazie
- ½ ui, gesnipperd
- 3 tl roomkaas light
- 1 el olijfolie
- 1 teen knoflook, geperst
- Peper
- Zout
- Extra: staafmixer of keukenmachine

BEREIDINGSWIJZE

Verhit de olie in een kookpan, fruit de knoflook en ui aan. Voeg de spinazie toe en bak mee tot deze is geslonken. Voeg de bouillon toe en breng het geheel circa 5 minuten aan de kook. Pureer vervolgens met een staafmixer tot een gladde soep. Serveer in een kom en voeg de roomkaas toe..

TIP: EET JE DE SOEP ALS LUNCH OF DINER? LEKKER MET 120-150 G GEROOKTE KIP.