

Spruitencrèmesoep



25 minuten



1 persoon



VOEDINGSWAARDE

Energie	112 Kcal
Koolhydraten	7.6 g
Eiwitten	2.8 g
Vet	6.8 g
Vezels	0 g

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 150 ml kruidenbouillon
- 100 g spruiten
- ¼ ui, gesnipperd
- ½ el olijfolie
- 1 el kookroom licht
- Snufje koriander
-
- Extra:
- Staafmixer

BEREIDINGSWIJZE

Verhit de olie in een soeppan en fruit de ui circa 1-2 minuten. Voeg de spruitjes en de koriander toe en bak 2 minuten mee. Voeg vervolgens de bouillon toe, breng aan de kook en laat de spruitjes in 10-12 minuten gaar worden. Pureer met een staafmixer tot een egale soep. Breng eventueel nog extra op smaak met wat peper en zout en maak af met de kookroom.

TIP: DIT IS EEN
BIJGERECHT.
LEKKER MET
BIJVOORBEELD DE
GRISSINI OREGANO
VAN PS. FOOD &
LIFESTYLE.