



2A

Vegetarisch

Bietensoep met feta



Bereidingstijd
20 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 Verhit de olijfolie in een diepe pan en fruit de ui en de knoflook circa 2 minuten. Voeg de bouillon toe en breng aan de kook. Voeg de stukjes rode biet toe en roer even goed door. Pureer, met behulp van de staafmixer, tot een egale soep. Doe de soep in een kom en verbrokkel de feta eroverheen. Garneer met de verse peterselie.

Ingrediënten

- ☐ 350 ml kruidenbouillon
- ☐ 90-100 g feta light
- ☐ 250 g gekookte rode bieten in stukjes
- ☐ ½ ui, gesnipperd
- ☐ ½ teentje knoflook, geperst
- ☐ ½ olijfolie
- ☐ Verse peterselie
- ☐ Extra: staafmixer

Voedingswaarden per persoon

Energie	288 kcal
Koolhydraten	16 g
Vet	14 g
Eiwit	19 g