

1A+1B Vlees

Groentesoep met balletjes

Bereidingstijd
30 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Draai kleine balletjes van de rundertartaar. Kook de balletjes en de groenten in de bouillon, voeg op het laatst de peterselie toe.

Ingrediënten

- [ ] 120-150 g rundertartaar, gekruid met peper en zout
- [ ] 100-200 g soepgroenten van toegestane groenten zoals bloemkool, broccoli, champignons, snijbonen en tomaat
- [ ] 1 el peterselie, gehakt
- [ ] 200 ml (groente)bouillon

Voedingswaarden per persoon

Energie	**162 kcal**
Koolhydraten	**3 g**
Vet	**5 g**
Eiwit	**23 g**