PS. food & lifestyle

FASE 1

# Bloemkoolsoep met kurkuma

40 minuten | 2 personen

## VOEDINGSWAARDE

| | |
|---|---|
| **Energie** | **104 Kcal** |
| **Koolhydraten** | **7.5 g** |
| **Eiwitten** | **4.1 g** |
| **Vet** | **5.4 g** |
| **Vezels** | **0 g** |

Voedingswaarde per persoon

## INGREDIËNTEN

- 350 ml PS. food & lifestyle kruidenbouillon
- 200 g bloemkool in roosjes
- ¼ ui
- 1 takje selderij
- ½ el olijfolie
- 1 tl kurkuma
- Versgemalen peper
- Zout

## BEREIDINGSWIJZE

Snipper de ui en hak de selderij fijn. Verhit de olie in een pan met een dikke bodem. Fruit de ui en de selderij 2 minuten aan. Voeg de kurkuma toe en laat deze 1 minuut mee fruiten. Voeg de bloemkool toe en giet de bouillon erbij. Breng aan de kook en laat de soep 25-30 minuten zachtjes koken. Pureer daarna met een staafmixer tot een egale soep en breng op smaak met zout en peper.

TIP: LET OP: DIT IS EEN BIJGERECHT. VOEG 150-200 G ZALMSNIPPERS TOE OF BIJVOORBEELD DE PS. FOOD & LIFESTYLE GRISSINI OREGANO OF TOAST CLASSIC OM ER EEN VOLWAARDIGE HOOFDMAALTIJD VAN TE MAKEN!