



1A+1B

Meat

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