

1A+1B Vegetarian

Spinaziesoep met roomkaas

Bereidingstijd
20 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Verhit de olie in een kookpan, fruit de knoflook en ui aan. Voeg de spinazie toe en bak mee tot deze is geslonken. Voeg de bouillon toe en breng het geheel circa 5 minuten aan de kook. Pureer vervolgens met een staafmixer tot een gladde soep. Serveer in een kom en voeg de roomkaas toe.

Ingrediënten

- [ ] 250 ml PS. food & lifestyle kruidenbouillon
- [ ] 250 g verse spinazie
- [ ] ½ ui, gesnipperd
- [ ] 3 tl roomkaas light
- [ ] 1 el olijfolie
- [ ] 1 teen knoflook, geperst
- [ ] Peper
- [ ] Zout
- [ ] Extra: staafmixer of keukenmachine

Voedingswaarden per persoon

Energie	**243 kcal**
Koolhydraten	**6 g**
Vet	**17 g**
Eiwit	**10 g**