



1A+1B

Vegetarian

## Venkel-preisoep met crackers



Bereidingstijd  
25 minuten



Porties  
Voor 1 persoon

### Bereidingswijze

- 1 Breng 500 ml water aan de kook en voeg het bouillonblokje toe. Snijd ondertussen de prei en de venkel in kleine stukjes en voeg toe aan de bouillon. Laat circa 20 minuten zachtjes koken totdat de groente zacht zijn. Pureer eventueel met de staafmixer tot een gladde soep. Besmeer de crackers met de roomkaas en serveer met de soep.

### Ingrediënten

- ☐ 1 zakje PS. food & lifestyle pompoen-zonnepit crackers
- ☐ 3 tl roomkaas kruiden light
- ☐ 50 g prei
- ☐ 50 g venkel
- ☐ 1 bouillonblokje

### Voedingswaarden per persoon

|              |          |
|--------------|----------|
| Energie      | 258 kcal |
| Koolhydraten | 8 g      |
| Vet          | 16 g     |
| Vezels       | 8 g      |
| Eiwit        | 17 g     |