

# SOUPE AU CHOU

## INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES

- 1/2 chou blanc
- 3 poireaux
- 1 branche de céleri
- 2 carottes
- 6 tomates
- 3 oignons
- 1 navet
- 3 gousses d'ail
- 1 bouquet garni
- 1 courge
- sel, poivre

## PRÉPARATION

- Coupez tous les légumes en petits morceaux.
- 
- Placez-les dans une mijoteuse, recouvrez-les d'eau, ajoutez les épices et faites cuire la soupe pendant 45 min.
- 
- Versez dans des bols avant de servir.

## VALEUR CALORIQUE POUR 1 PERSONNE

- 155 kcal

**BON APPÉTIT !**