

WORTELSOEP - V

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

8 wortelen in stukjes gesneden

1 grote ui

1 preiwit

½ courgette

sap van 2 sinaasappels

4 groentebouillonblokjes, vetarm

2l water

BEREIDINGSWIJZE

Maak al de groenten schoon en snijd ze in stukjes. Pers de sinaasappelen. Breng het water samen met de bouillonblokjes aan de kook.

Voeg de in stukken gesneden groenten toe samen met het sinaasappelsap. Laat ongeveer 45 minuten sudderen tot de groenten zacht zijn.

Mix het geheel. Serveer de soep.

Recept van Infraligne Zottegem

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

32 Kcal – 2g EW – 0g V – 7g KH

SMAKELIJK!