

Wortelsoep gerecht voor 2 personen

Wat stop je er in?

- ✿ 500 gram wortel
- ✿ 1 witte ui
- ✿ 1 teen knoflook
- ✿ 2 tl kerrie
- ✿ 500 groente- of tuinkruidenbouillon
- ✿ Olijfolie extra vergine

Hoe maak je het klaar?

- ✿ Snijd de ui in stukken, hak de knoflook fijn en schil en snijd de wortels in kleine blokjes.
- ✿ Verhit een scheut olijfolie in een grote pan en fruit de ui, knoflook en kerriepoeder circa 4 minuten.
- ✿ Voeg de wortels toe. Blus de wortels af met de bouillon. Breng aan de kook en laat op een laag vuur ongeveer 20 minuten koken.
- ✿ Pureer de soep met een staafmixer glad.

Voedingswaarde p.p.:

- ✿ 1 portie Gezonde Groenten 
- ✿ 1 portie Veilige Vetten 

EetLijn Smakelijk!

