



Thaise tomatensoep met linzen en koriander

Ingrediënten

- 1 Pot MAGGI Basis voor Soep Tomaat helder
- 175 g Rode Linzen
- 400 Witte ui
- 1 Teentje knoflook
- 400 g Selderij
- 500 g Wortel
- 700 g Tomaten, in blokjes
- 200 ml Kokosmelk
- 1 Bos Koriander, grof gehakt
- 1 el Olijfolie

Instructie

1. Fruit de ui met knoflook aan in een pan met de olijfolie.
2. Voeg de bleekselderij en wortel toe en bak dit circa 5 minuten mee.
3. Voeg de Maggi Basis voor Soep Tomaat en het water toe en breng aan de kook. Zet het vuur laag en voeg de linzen en tomatenblokjes toe. Schenk ook het tomatenvocht erbij. Laat het geheel circa 15 minuten zachtjes koken.
4. Schenk voor het serveren een scheutje kokosmelk door de soep en strooi er de koriander over.

Voedingswaarden tonen

koolhydraten	277.56 g
Energie	1247.75 kcal
vetten	8.96 g
Eiwit	35.09 g

30 Min

10 Porties