Broccoli courgettesoep van opa van Meriam en Xanne

Ingrediënten

- 2 Blokjes MAGGI Groentebouillon
- 3 Witte ui
- 2 g Teentje knoflook
- 2 Courgette
- 2 Stelen Broccoli
- 750 ml Water
- 40 ml Melk
- 2 tl Komijnpoeder

Instructie

1. Pel de ui en de knoflook en bak deze op zacht vuur glazig aan.
2. Snijdt de 2 courgettes en broccoli in kleine stukjes en bak deze 5 min mee met de ui en de knoflook.
3. Voeg water toe en een bouillonblokje en laat de groenten zachtjes koken tot ze net gaar zijn.
4. Neem de pan van het vuur en pureer de soep tot een egale massa.
5. Voeg de havermelk toe en een theelepel komijn poeder.
6. Lepel de soep in de kommetjes en eet smakelijk!

Voedingswaarden tonen

koolhydraten	5.83 g
Energie	37.72 kcal
vetten	0.71 g
Eiwit	2.57 g

26 Min

10 Porties