PS. food & lifestyle

1A+1B Vegetarisch

Groene gazpacho

Bereidingstijd
10 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Doe alle groenten in een grote kom of blender. Voeg de knoflook, lente-ui, witte wijnazijn, olijfolie en een beetje zout toe. Pureer in een blender of met een staafmixer tot een egale soep. Zet de soep minimaal 30 minuten in de koelkast of voeg ijsblokjes als je de soep direct wil serveren.

Ingrediënten

- ☐ ¼ groene paprika in stukjes
- ☐ ½ komkommer in stukjes
- ☐ Handje rucola
- ☐ 2 stengels lente-ui in ringetjes
- ☐ ½ teentje knoflook, gepeld
- ☐ 1 el witte wijnazijn
- ☐ 1 el olijfolie
- ☐ Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**134 kcal**
Koolhydraten	**4 g**
Vet	**10 g**
Eiwit	**2 g**