PS. food & lifestyle

1A+1B Vegetarisch

Tomatensoep

Bereidingstijd
45 minuten

Porties
Voor 4 personen

Bereidingswijze

1. Fruit de ui en knoflook in 2 el olie in een soeppan totdat ze glazig zien. Voeg de bouillon en tomatenblokjes toe en breng aan de kook. Breng op smaak met de Italiaanse kruiden, peper en zout en laat de soep 30 minuten zachtjes koken. Pureer de soep met een staafmixer en voeg voor opdienen enkele blaadjes peterselie toe aan de soep.
2. Let op: dit is een bijgerecht.

Ingrediënten

- [ ] 2 blikjes tomatenblokjes à 400g
- [ ] 1 ui, gesnipperd
- [ ] 2 el olijfolie
- [ ] 1 teen knoflook, geperst
- [ ] 1 l (tuin)kruidenbouillon
- [ ] Verse peterselie
- [ ] Italiaanse kruiden
- [ ] Peper
- [ ] Zout
- [ ] Extra: staafmixer

Voedingswaarden per persoon

Energie	**87 kcal**
Koolhydraten	**14 g**
Vezels	**5 g**
Eiwit	**3 g**