

Hilicious

Lekker met een eetlepel yoghurt en basilicumblaadjes



Broccoli- courgettesoep



2 personen

Bereidingswijze

- 1 • Snipper als eerste de ui en hak de knoflook fijn. Snijd daarna de broccoli en courgette.
- 2 • Doe vervolgens een scheutje olijfolie in de soeppan en fruit de ui en knoflook.
- 3 • Zodra de ui en knoflook glazig zijn bak je de courgette nog even mee.
- 4 • Hierna voeg je het water, de broccoli, uitgelekte linzen en de bouillonblokjes toe.
- 5 • Kook het geheel zo'n 8 minuten en voeg het sap van de citroen en basilicumblaadjes toe.
- 6 • Pureer de soep met een staafmixer.

Ingrediënten

- > 1 Broccoli
- > 1 Courgette
- > 200 g linzen
- > Sap van een citroen
- > 1 ui
- > 1 teentje knoflook
- > 2 groentebouillonblokjes
- > 2 handjes basilicum
- > 1 liter water
- > Olijfolie



Tip!

Ik maak altijd grote porties soep en dan vries ik het in. Dan heb je altijd een gezonde soep op voorraad. De Cirqula bakjes zijn daar superhandig voor.

MEPAL