

Bleekselderijsoep



Deze heerlijke bleekselderijsoep zit boordevol lekkere groenten! Met paprika, ui, bleekselderij en andere ingrediënten heb je makkelijk een lekkere soep op tafel staan.

Koken : 30

Totaal : 30 min

Ingrediënten

1 ui
peper
20 g bloem
scheutje kookroom light
20 g vloeibare margarine
1/2 groene paprika
1/2 struik bleekselderij
5 dl bouillon met minder zout

Recept

1. Maak de bleekselderij schoon en snijd ze heel klein.
2. Pel en snipper de ui.
3. Maak de paprika schoon en snijd deze in dunne reepjes.
4. Verwarm de margarine. Fruit hierin de ui en vervolgens de paprika. Voeg de bloem toe en al roerende de bouillon. Roer tot een gladde soep. Voeg de bleekselderij toe en laat 15-20 minuten zachtjes koken.
5. Maak de soep op smaak met vers gemalen peper en kookroom. Vul 2 soepkommen met de soep. Smakelijk eten!

Voedingswaarden

calories : 180 calories
fat : 9.00 grams
carbohydrate : 18.00 grams
proteïn : 5.00 grams

<https://www.veggipedia.nl/recepten/bleekselderijsoep>