

5 ingrediënten Voorraad artikelen zoals *water, bak- en braadmiddelen, peper en zout*, tellen niet mee aan de 5 ingrediëntenlijst, die heb je altijd al in huis!



Romige courgettesoep

of minder...

2 PERSONEN

⌚ 25 minuten

DIT HEB JE NODIG:

-  4 sneetjes speltbrood
-  1 ui
-  2 courgettes
-  1 groentebouillonblokje
-  2 el kruidenroomkaas

MATERIAAL: bakplaat met bakpapier, staafmixer

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 160°C.
2. Snijd het brood in plakken en besprenkel met wat olijfolie, peper en zout.
3. Leg het brood op een met bakpapier beklede bakplaat en bak het in 20 minuten goudbruin en krokant.
4. Draai de sneetjes halverwege een keer om.
5. Snijd intussen de ui fijn en de courgette in blokjes.
6. Verwarm een scheutje olie in een soeppan en fruit hierin de ui zo'n 3 minuten.
7. Voeg de courgette toe en bak dit nog zo'n 5 minuten.
8. Breng op smaak met wat peper en zout.
9. Voeg daarna 700 ml kokend water en het groentebouillonblokje toe, laat het geheel zo'n 10 minuten koken.
10. Roer er ook de kruidenkaas doorheen en pureer het geheel daarna met een staafmixer tot een gladde soep.
11. Verdeel de soep over twee kommen en serveer met het geroosterde speltbrood.

Eet smakelijk!

BRON: chickslovefood.com

