



Maaltijdsoep van groente met spek en bonen

2 PERSONEN

⌚ 30 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 1 el olijfolie
- 1 ui (gesnipperd)
- 100 g gerookte ontbijtspekblokjes
- 125 g wortels (geschrapt, in plakjes)
- 125 g witte kool (in smalle repen)
- ½ el verse tijm (gehakt) of
- 750 ml; groente- of kruidenbouillon van tablet
- 200 g witte bonen (afgespoeld, uitgelekt, blik)
- 1 el verse bladselderij of peterselie (gehakt)

MATERIAAL: soeppan

ZO MAAK JE HET:

1. Verhit de olijfolie in een soeppan en bak hierin de ui en spekblokjes.
2. Voeg wortel en kool toe en bak deze 3 minuten mee.
3. Voeg de tijm en bouillon toe en kook zachtjes 15 minuten.
4. Schep de bonen erdoor en verwarm zonder te koken.
5. Serveer de soep in warme kommen of borden en strooi de bladselderij erover.

* Bij het gebruik van een bouillon of bouillonblokje neem dan een met minder zout. **Advies:** voedingscentrum.nl

** Als je de soep invriest, dan laat je de ingrediënt(en) die je er overheen strooit weg, deze komen na het ontdooien en opwarmen beter tot hun recht, dan erin voor het invriezen.

BRON: boodschappen.nl

