



LUNCH

FoodChallenge

COURGETTE SOEP

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

2/3 courgette
1 handje basilicum
4dl water
2dl room
1dl volle melk
2st groentebouillon blokjes
1 middelgrote ui in blokjes
1 handje pijnboompitten
Staafmixer

BEREIDINGSWIJZE

- Was de courgette en snijd deze in blokjes;
- Smoor de courgette en ui samen in een pan;
- Voeg de room, de melk en het water toe en los de bouillon blokjes daarin op;
- Kook het geheel op en pureer met een staafmixer;
- Rooster de pijnboompitjes in een koekenpan zonder olie (pas op; kan snel aanbranden);
- Doe de soep in een kom en verdeel de pijnboompitjes en basilicum erover.