



Frisse courgettesoep met verse munt

Een lichte groene soep van courgette met een frisse toets munt. Snel klaar en ideaal als lichte lunch.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
10'	20'	4	Soep

Ingrediënten

- 3 courgettes
- 1 ui
- 1 aardappel
- 1 teentje look
- 1 eetlepel olijfolie
- 8 dl groentebouillon
- 1 handvol verse munt
- zout en peper
- 1 scheutje citroensap

Bereidingswijze

1. Snij de courgettes, ui en aardappel in stukken en pers de look.
2. Stoof ui en look in de olijfolie 3 minuten aan op middelhoog vuur.
3. Voeg courgette en aardappel toe en bak 4 minuten mee.
4. Giet de bouillon erbij en laat 18 minuten koken tot alles zacht is.
5. Voeg de muntblaadjes toe en mix de soep fijn met de staafmixer.
6. Kruid met zout, peper en een scheutje citroensap en dien op.

Ontdek meer recepten op kookpot.be