



# Pompoensoep met PUUR® brood

(4 pers. vegetarisch, 45 min. bereidingstijd)

## Benodigheden:

- 1 oranje pompoen
- 3 eetlepels olijfolie
- 2 rode paprika's in blokjes
- 1 bosje bosuitjes
- 1 teentje knoflook, 1 rode peper
- Fijngehakte peterselie
- 1 liter groentebouillon
- 8 sneetjes PUUR



## Bereiding:

Maak de oranje pompoen goed schoon. Je hoeft hem niet te schillen. Halveer de pompoen en schep de zaden eruit met een lepel. Snijd de pompoen in stukjes. Verhit op een laag vuur de olie in een soeppan en voeg pompoen, paprika, bosui, knoflook, en de rode peper toe. Smoor zachtjes 5 à 10 minuten. Voeg bouillon toe en breng aan de kook. Laat 15 minuten koken. Pureer de soep met een staafmixer of blender. Voeg als laatste de fijngehakte peterselie toe. Serveer de soep met PUUR brood!

## Voedingswaarde 100 g

Energie	256 kJ 61 kcal
Vetten	2,4 g
waarvan verzadigde vetzuren	0,5 g
Koolhydraten	7,0 g
waarvan suikers	1,9 g
Vezels	1,4 g
Eiwitten	2,4 g
Zout	0,5 g