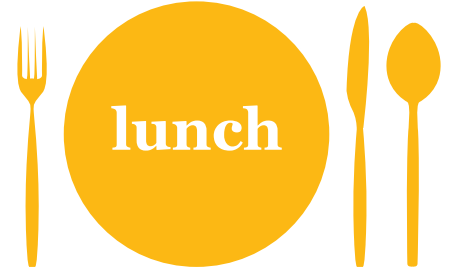




Tamara's recepten



Tamara's Champignonsoep

Ingrediënten (2 pers.):

- 1 ui
- 150 champignons
- 1 el volkorenmeel
- ¼ groentebouillon tablet
- olijfolie

Bereiden:

- Fruit de ui in de olijfolie en bak de gesneden champignons even mee.
- Voeg de volkorenmeel, groentebouillon tablet en 250 ml water toe en breng het aan de kook.
- Laat het nog even doorkoken en klaar is de soep.



Tamara's voedingadvies

voedingsdeskundige & gewichtsconsulente

Tamara Rossingh
info@tamarasvoedingsadvies.nl
www.tamarasvoedingsadvies.nl
06-10732104