



1A+1B

Fleisch

Frische Gurkensuppe mit Schinken



Zubereitungszeit

12 minuten



Portionen

Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotte glasig dünsten. Die Gurkenstücke ca. 2 Minuten mitbraten. Die Brühe hinzufügen und ca. 10 Minuten kochen. Dann die Suppe mit dem Stabmixer pürieren. Den Schinken und den frischen Dill hinzufügen und noch 1-2 Minuten sanft köcheln lassen. Den Boursin cuisine unter die Suppe rühren.

Zutaten

- ☐ 120-150 g Schinkenstücke
- ☐ 0.5 Gurke, Kerne entfernt und in Stücken
- ☐ 1 Schalotte, gewürfelt
- ☐ 200 ml Gemüsebrühe
- ☐ 1 EL Boursin cuisine light
- ☐ 0.5 EL Olivenöl
- ☐ 0.5 EL frischer Dill, fein gehackt

Nährwerte pro Person

Energie	312 kcal
Kohlenhydrate	7 g
Fett	14 g
Eiweiß	24 g