



Koude komkommer- en muntsoep met geroosterde zaden

Frisse, koude soep met Alpro Natuur / Alpro plantaardig alternatief voor yoghurt Natuur

Bereiding

1. Schil de komkommer en snijd hem in grote stukken. Snijd vervolgens de lente-uitjes en het brood in stukken.
2. Doe alle ingrediënten in de blender en mix ze tot een glad geheel.
3. Kruid de soep met peper en zout naar smaak, en giet ze in kommetjes.
4. Werk af met een scheutje olijfolie, een beetje zwarte peper en wat geroosterde zaden.



4 porties



20min



Ingrediënten

- 2 komkommers
- 4 lente-uitjes
- 1 snee oud brood
- 2 teentjes knoflook, gepeld
- 150 g Alpro Natuur / Alpro Mild & Creamy Natuur
- 60 ml Alpro soya Cuisine
- klein bosje verse munt (ongeveer 25 g)
- 1 theelepel sherryazijn / wittewijnazijn
- 100 ml extra vergine olijfolie (plus een beetje extra olijfolie ter garnering)
- handvol geroosterde zaden

Bereid met

Alpro Soya Cuisine 'For Professionals'



Natuur



Natuur



Soya Cuisine

