



Maaike Ursem | Gewichtsconsulente

KRUIDIGE TOMATENSOEP (4 PERSONEN)

Ingrediënten:

- 1 eetlepel olijfolie
- 2 uien, gesnipperd
- 1 kg rijpe (pruim) tomaten in vieren
- 1 teentje knoflook, geperst
- 1 takje tijm of 1 theelepel gedroogde tijm
- 1 takje oregano of 1 theelepel gedroogde oregano
- 1 takje basilicum of 1 theelepel gedroogde basilicum
- 2 groentebouillonblokjes
- peper en zout

Verhit de olie in een soeppan en fruit de uien glazig. Voeg de tomaten en knoflook toe en bestrooi met peper en zout. Voeg de takjes/theelepels tijm, oregano, basilicum en bouillonblokjes toe. Schenk er 1 liter water bij en roer het geheel goed door. Laat dit ongeveer 45 min koken tot alles zacht is en pureer de soep met de staafmixer.

Eet smakelijk!

