

## Sattmacher Champignonsuppe

1 El Pflanzenöl	in einem Topf erhitzen
1 Zwiebel	Würfeln
500 g Champignons	reinigen und in Scheiben schneiden und zusammen in einem Topf anschmoren
½ Bund Petersilie	hacken und kurz mit garen
750 ml Gemüsebrühe	1/3 der Pilze herausnehmen, den Rest mit aufgießen und etwas einkochen lassen
Ca 80 g Frischkäse < 1% Fett	zugeben und die Suppe fein pürieren mit
Pfeffer und Salz	abschmecken
	die Pilze wieder zugeben.
<b>Guten Appetit</b>	
<b>2 - 4 Portionen</b>	
<b>Energiewert</b>	<b>300 Kcal gesamt</b>
<b>nach WeightWatchers</b>	<b>4 ProPoints gesamt / Sattmacher-Rezept</b>
<b>WeightWatchers-Fitformel</b>	<b>Pflanzenöl, Gemüse, Milchprodukt</b>
<b>geeignet zum</b>	<b>sofort genießen</b>

Viel Spass beim Nachkochen.



Hier findest Du immer die neuesten  
Online-Shopping-Gutscheine.  
Spare schon bei Deinem nächsten Einkauf.  
Klicke hier >>