

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.
Guten Appetit	
2 - 4 Portionen	
Energiewert	300 Kcal gesamt
nach WeightWatchers	4 ProPoints gesamt / Sattmacher-Rezept
WeightWatchers-Fitformel	Pflanzenöl, Gemüse, Milchprodukt
geeignet zum	sofort genießen

Viel Spass beim Nachkochen.



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