

Birgit Giess

Hauswirtschaftsmeisterin u.
Gesundheitspädagogin (SKA)

Wichernstr.16
92224 Amberg

Tel/Fax: 09621/8 75 92

Radieschenblättersuppe

100 g Netto Zwiebeln	würfeln u. in
10 g ungeh. Pflanzenmarg.	glasig dünsten
175 g Netto Kartoffeln	gewürfelt hinzufügen
	und
275 g Netto Radieschen	grob gewürfelt,
	kurz dünsten mit
1 l Gemüsebrühe	aufgießen, ca. 15 Min. kochen,
	dann
kl. geschn. Radieschenblätter	dazugeben und ca. 5 Min.
	mitkochen.
	Suppe pürieren,
	würzen mit:
Pfeffer, weiß	
Muskat	und
30 cm ³ Milch (1,5%)	unterrühren,
	mit
60 g Netto Radieschen	gestiftelt servieren.

Gesamt: 343,7 kcal : 4 = 86 kcal
 : 5 = 69 kcal
 : 6 = 57 kcal