



Wat stop je erin?




- Scheutje [olijfolie](#), extra vierge en laag in oliezuur
- 1 ui, gesnipperd
- 2 teentjes knoflook, gehakt
- 1 bosje radijs, radijsjes in plakjes, loof in smalle reepjes gesneden
- 200 g courgette, in blokjes
- ½ [bouillonblokje](#) (zonder e-621)
- 1 tl tijm, gedroogd
- Zwarte peper en evt wat [Himalayazout](#), naar smaak
- 500 ml [amandelmelk](#)
- 1 ei
- 20 g [amandelen](#), gehakt



Hoe maak je het klaar?

- Verwarm de olijfolie en smoor de ui en knoflook.
- Roerbak de radijsplakjes en courgette een minuutje mee.
- Voeg bouillonblokje, tijm, peper, zout en amandelmelk toe.
- Breng het aan de kook, zet de warmtebron dan laag en laat de groenten in 5-10 minuten garen.
- Voeg ¾ van het radijsloof toe en pureer de soep.
- Voeg een ei toe en pureer meteen opnieuw.
- Warm de soep even goed door. Zet de warmtebron uit.
- Roer het overgebleven radijsloof door de soep.
- Verdeel de soep over de kommen en garneer met de gehakte amandelen.

Voedingswaarde p.p.

- 1 portie Eiwitrijke voeding 
- 1 portie Gezonde Groenten 
- 1 portie Veilige Vetten 



Tip

- Je kunt in plaats van courgette ook bloemkool gebruiken.