



1A+1B

Fleisch

## Frische Gurkensuppe mit Schinken



Zubereitungszeit  
12 minuten



Portionen  
Voor 1 persoon

### Zubereitungsart

- 1 Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Schalotte glasig dünsten. Die Gurkenstücke ca. 2 Minuten mitbraten. Die Brühe hinzufügen und ca. 10 Minuten kochen. Dann die Suppe mit dem Stabmixer pürieren. Den Schinken und den frischen Dill hinzufügen und noch 1-2 Minuten sanft köcheln lassen. Den Boursin cuisine unter die Suppe rühren.

### Zutaten

- ☐ 120-150 g Schinkenstücke
- ☐ 0.5 Gurke, Kerne entfernt und in Stücken
- ☐ 1 Schalotte, gewürfelt
- ☐ 200 ml Gemüsebrühe
- ☐ 1 EL Boursin cuisine light
- ☐ 0.5 EL Olivenöl
- ☐ 0.5 EL frischer Dill, fein gehackt

### Nährwerte pro Person

|               |          |
|---------------|----------|
| Energie       | 312 kcal |
| Kohlenhydrate | 7 g      |
| Fett          | 14 g     |
| Eiweiß        | 24 g     |