



GELBE ZUCCHINI-CURRY-SUPPE

Zutaten

- 150 g gelbe Zucchini
- 1 dl Wasser
- ½ KL Curry-Pulver oder rote Curry-Paste
- Salz, Pfeffer, Paprika und Basilikum nach Belieben
- 2 ML = 34 g Moltein PRO Neutral, angerührt mit 50 ml Rahm oder Milch
- 20 g Frischkäse

Ergibt
250 ml



Zubereitung

Zucchini schneiden und ca. 15 min im Wasser weichkochen. Curry, Pfeffer und Paprika sowie Basilikum hinzugeben, auf Esstemperatur abkühlen lassen. Moltein-Mischung zur Suppe geben. Frischkäse hinzufügen und mit Salz abschmecken.



Nährwerte

Energie: 385 kcal
Protein: 24 g
Fett: 29 g
Kohlenhydrate: 7 g

