

Kiwicha Suppe



für mehrere Personen

1 EL	Olivenöl	in einem Topf erhitzen
1 kleine	Zwiebel	fein schneiden und andämpfen
½ TL	Thymian	zugeben
8 dl	Bouillon	ablöschen, wenige Min. köcheln
1 Prise	Salz	nach Wunsch
250 g	Gemüse nach Wunsch	zubereiten, und zugeben, je nach Schnittgrösse 10 Min. köcheln lassen
1 EL	Kräuter, z.B. Petersilie, Schnittlauch	hacken und begeben
4 EL	goldenFlocs	zugeben und 2-3 minuten köcheln lassen

Guten Appetit!

Ernährungstip

Mittags als Vorspeise oder abends mit Brot und Tartex