

Kippensoep met champignons en lente-ui



BEREIDINGSTIJD: 20 MINUTEN



1 PERSOON



BEREIDINGSWIJZE:

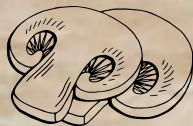
Verhit de olijfolie in een pan en bak de kipfilet in circa 5 minuten goudbruin. Voeg de champignons toe en bak nog eens 5 minuten. Breng op smaak met wat peper en zout. Doe 270 ml water in de shaker en voeg de inhoud van het zakje kippensoep toe. Schud goed en warm op in een pannetje of 1 minuut in de magnetron. Niet laten koken! Voeg de kip en de champignons toe aan de soep. Warm nog even door en maak af met de lente-ui.

PS
PowerSlim



Ingrediënten:

- 1 zakje PowerSlim kippensoep
- 40-50 g kipfilet in stukjes
- 200 g champignons in partjes
- 1 stengel lente-ui in ringetjes
- 1 el olijfolie
- Peper en zout



KCAL

278

EIWITTEN

34,1 g

KOOL-
HYDRATEN

4,2 g

VETTEN

12,8 g

FASE 1A + 1B