

PAPRIKA-TOMATENSOEP MET WORTEL TORTILLA-PIZZA

2 personen / 398 kcal per portie

Ingrediënten:

SOEP

- ½ ui
- ½ rode paprika
- ½ eetlepel olie
- ½ eetlepel paprikapoeder
- 200 gram tomatenblokjes (blik)
- ½ groentebouillontablet
- 300 ml kraanwater
- 1½ theelepel gedroogde rozemarijn
- 2 eetlepels crème fraîche
- peper en zout

PIZZA

- 2 wortel tortilla wraps
- 1 eetlepel tomatenpuree
- 125 gram mozzarella
- 2 tomaten
- 2 takjes basilicum
- peper en zout



Bereiding soep:

Snipper de ui. Snijd de paprika in stukjes. Verhit de olie in een soeppan en bak de paprika, het paprikapoeder en de ui 5 minuten. Voeg de tomatenblokjes, het groentebouillontablet en water toe en breng aan de kook. Voeg de rozemarijn toe en laat 20 minuten op laag vuur koken. Pureer de soep met de staafmixer en breng op smaak met peper en zout.

Bereiding pizza:

Verwarm de oven voor op 200 °C. Bestrijk de tortilla's met de tomatenpuree. Snijd de bol mozzarella in 10 plakjes. Snijd de tomaten elk in 5 plakjes. Verdeel de plakjes mozzarella en tomaat over de tortilla's en leg deze op met bakpapier beklede bakplaten. Breng nog wat op smaak met peper en zout. Bak ze 12 minuten in de oven.

Neem de tortillapizza's uit de oven en beleg ze met de basilicumblaadjes. Verdeel de soep over de kommen en voeg aan elke kom wat crème fraîche toe. Serveer de pizza bij de paprika-tomatensoup.

PAPRIKA-TOMATENSOEP MET WORTEL TORTILLA-PIZZA

Voedingswaarde per portie:

Energie:	398 kcal
Eiwit:	18,4 gram
Koolhydraten:	31,4 gram
- waarvan suikers:	14,6 gram
Vet:	21,6 gram
Vezels:	6,4 gram
Zout:	3,8 gram