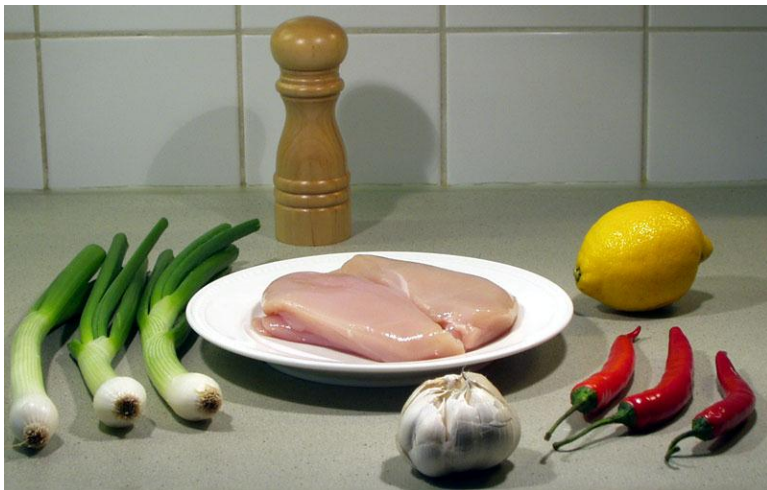


het recept

hierin staat hoe je een gerecht
moet klaarmaken

de ingrediënten

de dingen
waarvan het gerecht
gemaakt is



Italiaans, hoofdgerecht, 4 personen, soepen



Bereidingstijd in minuten
15 bereiden

Bevat per
eenpersoonsportie
energie 575 kCal - eiwit 21 g
vet 23 g - koolhydraten 72 g

Ingrediënten

- 2 zakken Italiaanse tomatensoep (a 400 ml)
- 1 bakje tortellini verdi (verse pasta, 250 g)
- 1 zakje Italiaanse groentemix (250 g)
- 300 g panklare spinazie
- 1 bakje groene pesto (100 g)
- 1 ciabatta (Italiaanse brood)
- 3 eetlepels geraspte Parmezaanse kaas

het keukengerei

de spullen
die je nodig hebt
om het gerecht
te maken

