

soupe de cresson faible teneur en gras



Ingrédients

1 oignon
2 pintes de stock
2 pommes de terre
2 sacs de cresson

Méthode

Délicieux chaud ou froid. Liz Hurley ne jure que par cette saine, faible en gras de la soupe, boire jusqu'à 6 tasses par jour quand elle est un régime. Sweater un oignon haché dans une petite quantité de stock, puis ajoutez 2 pommes de terre coupées en dés, assaisonner et un autre 2 pintes de stock. Porter à ébullition et laisser mijoter jusqu'à ce que les patates douces soient tendres. Jetez dans 2 sacs de cresson et remuer pendant 3 minutes. Retirer du feu et mixer.