



Maultaschensuppe

Zutaten

- 125 g Blattspinat, tiefgefroren
- 100 g Möhren
- 750 ml Wasser
- 1 Beutel Maggi Für Genießer, Zwiebel Suppe
- 300 g Suppenmaultaschen a.d. Kühlregal

Zubereitung

1. Blattspinat auftauen lassen. Möhren putzen, waschen, schälen und in dünne Stifte schneiden.
2. In einem Topf Wasser zum Kochen bringen. MAGGI Für Genießer Zwiebelsuppe einrühren. Suppenmaultaschen zugeben.
3. Bei geringer Wärmezufuhr zugedeckt 20 Min. gar ziehen lassen. Nach 10 Min. Möhren und Spinat zugeben.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	45 g
Energie	321 kcal
Fett	10 g
Protein	12 g

🕒 28 Minuten

⊕ 3 Portionen