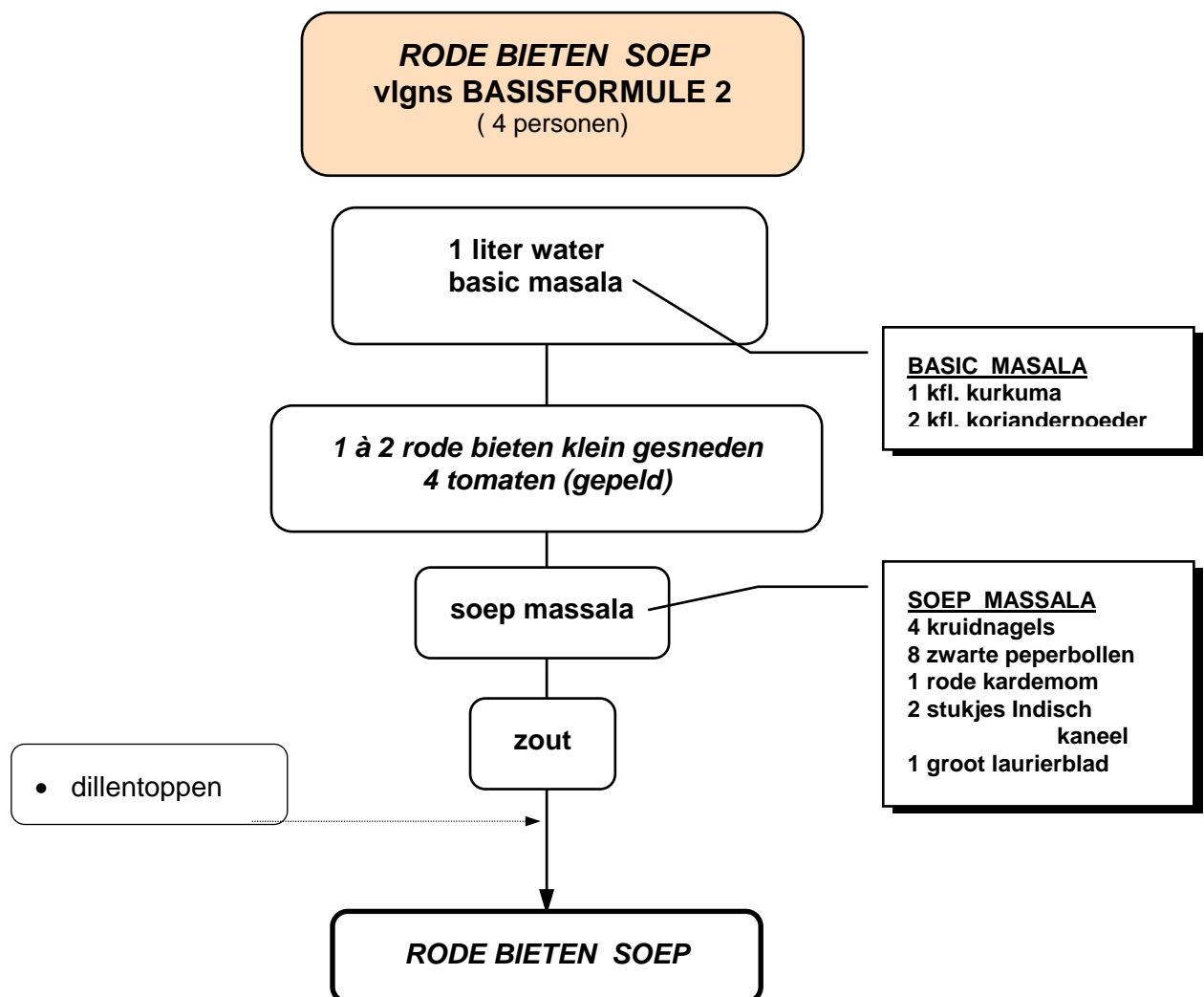


Yoga & Ayurveda Health

»YAH« vzw



Breng 1 liter water aan de kook en voeg ondertussen de basic masala toe. Even laten doorkoken en 1 à 2 kleingeneden of geraspte rode bietten toevoegen. 15 min. laten koken.

Van 4 tomaten de schil verwijderen en gesneden toevoegen.

De soep-masala toevoegen en nog eens 5 à 10 min. laten koken.

Zouten naar believen. Eventueel wat dillentoppen toevoegen.

Nog even laten opkoken en opdienen.