

# Grizgaluska leves (griesmeelballetjessoep)

totale tijd **25 min.** 10 min. voorbereidingstijd 15 min. kooktijd

Voedingswaarde (per portie):  
**1.380 kJ / 332 kcal**

Vetten: **22,6 g** Eiwitten: **9,4 g**  
Koolhydraten: **21,7 g**

## INGREDIËNTEN

2 porties

### Griesmeelballetjes:

**125 ml** melk  
**30 g** boter  
**40 g** durumgriesmeel  
**1** eidooier  
**1 tl** [Kikkoman Geconcentreerde Ramen Noedelsoep Basis - Shoyu \(Sojasaus\) Smaak](#)  
**2 snufjes** gemalen nootmuskaat

### Groenten:

**1** wortel  
**2** lente-uitjes  
**120 g** broccoli  
**1 el** [Kikkoman Geroosterde Sesamolie](#)  
**600 ml** water  
**2 el** [Kikkoman Geconcentreerde Ramen Noedelsoep Basis - Shoyu \(Sojasaus\) Smaak](#)

### Garnering:

**3 el** gehakte peterselie

## VOORBEREIDING

### Stap 1

#### Voor de griesmeelballetjes

**125 ml** melk - **30 g** boter - **40 g** durumgriesmeel - **1** eidooier - **1 tl** [Kikkoman Geconcentreerde Ramen Noedelsoep Basis - Shoyu \(Sojasaus\) Smaak](#) - **2 snufjes** gemalen nootmuskaat  
Breng de melk en boter aan de kook in een kleine steelpan. Strooi de griesmeel erbij en kook al roerend tot het mengsel loskomt van de zijanten van de pan, laat vervolgens afkoelen. Roer de eidooier erdoor en breng op smaak met de Kikkoman Ramen Soep Basis en nootmuskaat.

### Stap 2

**1** wortel - **2** lente-uitjes - **120 g** broccoli - **1 el** [Kikkoman Geroosterde Sesamolie](#) **600 ml** water - **2 el** [Kikkoman Geconcentreerde Ramen Noedelsoep Basis - Shoyu \(Sojasaus\) Smaak](#)  
Snijd de wortel in blokjes en snijd de lente-uitjes in ringen, breek vervolgens de broccoli in kleine roosjes. Verhit de Kikkoman Sesamolie in een pan en fruit de groenten zachtjes. Giet het water en de Kikkoman Ramen Soep Basis erbij en breng het geheel aan de kook.

### Stap 3

**3 el** gehakte peterselie  
Schep met twee theelepels kleine porties van het griesmeelmengsel op en vorm er kleine ovale balletjes van. Doe ze in de hete soep en laat ze ongeveer 10 minuten zachtjes koken tot ze naar de oppervlakte komen. Schep de soep in kommen, garneer met peterselie en serveer.