



**Faits Nutritionnels**

Portion Pour 1/12 de la recette

**Quantité Par Portion**

**Calories** 400

% Valeur Quotidienne

**Lipides Totale** 15g **23%**

**Lipides Saturée** 7g **35%**

**Cholestérol** 40mg **13%**

**Sodium** 1520mg **63%**

**Glucides Totaux** 41g **14%**

**Fibre Alimentaire** 5g **20%**

**Protéine** 16g **32%**

Vitamine A % Vitamine C %

Calcium % Fer %

**SOUPE AUX SAUCISSES FUMÉES ET AUX HARICOTS BLANCS**

Temps Total  
**NOT  
AVAILABLE**

Portion  
**POUR 1/12 DE LA RECETTE**

Difficulté  
**EASY**

Rendements  
**12**

**INSTRUCTIONS**

1. Préparer la soupe avec de l'eau tel indiqué.
2. Faire sauter les saucisses et le paprika fumé dans l'huile pendant 5 à 8 minutes ou jusqu'à dorées.
3. Incorporer le mélange de saucisses et les haricots dans la soupe ; porter à ébullition. Laisser mijoter de 8 à 10 minutes ou jusqu'à parfumé et chaud.

**Tip**

Pour chaque portion, verser 1 1/3 tasse (325 ml) dans un bol ; garnir avec 2 c. à thé (10 ml) de persil et une petite pincée de chili en flocons.