

Sellerieapfelsuppe

Für 4 Personen:

1 kleiner Knollensellerie
1 Apfel
1 EL Rapsöl zum Andünsten
7 dl Gemüsebouillon
1 dl Rahm
Salz und Pfeffer
Saft einer halben Zitrone

- Sellerie und Äpfel rüsten und in kleine Würfel und ein paar dünne Apfelschnitze schneiden
- Rapsöl erhitzen und die Sellerie- und Äpfelwürfel andünsten, Apfelschnitze beiseitelegen
- Mit Gemüsebouillon ablöschen und kochen, bis die Würfel weich sind
- Alles mit dem Pürierstab pürieren
- Mit Pfeffer und Salz würzen
- Rahm zur Suppe geben und mit dem Schwingbesen aufschäumen
- Suppe anrichten und mit den Apfelschnitzen garnieren

ErbSENSUPPE MIT MINZE

Für 4 Personen:

1 Zwiebel
1 EL Butter
500 g grüne Erbsen
7 dl Gemüsebouillon
ca. 20 Pfefferminzblätter
1/2 Becher Crème fraîche
Salz und Pfeffer

- Zwiebel hacken und in Butter andünsten
- Erbsen zugeben und kurz mitdünsten
- Gemüsebouillon zugeben und kochen, bis die Erbsen weich sind
- Pfefferminzblätter dazugeben, für jeden Teller zwei Blättchen beiseitelegen
- Mit dem Pürierstab pürieren
- Mit Salz und Pfeffer würzen
- Creme fraîche begeben und nochmals abschmecken
- Suppe anrichten und mit den Pfefferminzblättchen dekorieren

Indische Rüebli-suppe

Für 4 Personen:

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
300 g Rüebli
7 dl Gemüsebouillon
Petersilie
Curry, Salz und Pfeffer

- Zwiebeln und Knoblauch fein schneiden und im Olivenöl andünsten
- Rüebli gut waschen, in feine Rädchen schneiden und mitdünsten
- Mit Gemüsebouillon aufkochen und ca. 10 Minuten köcheln lassen
- Mit dem Pürierstab pürieren
- Mit Curry, Salz und Pfeffer abschmecken
- Suppe anrichten und mit Petersilie dekorieren

Kürbissuppe mit Zitronengras

Für 4 Personen:

1 Zwiebel
1 EL Olivenöl zum Andünsten
500 g Kürbis
1 Stängel Zitronengras
1/2 dl Rahm
Kürbiskerne
Salz und Pfeffer

- Zitronengras-Stängel mit einem Messer quetschen und im Olivenöl ca. 5 Minuten andünsten
- Zwiebeln und Knoblauch fein schneiden und begeben, glasig dünsten
- Kürbis schälen, in Würfel schneiden und mitdünsten
- Mit der Gemüsebouillon aufkochen, bis die Kürbiswürfel weich sind
- Zitronengras entfernen
- Mit dem Pürierstab pürieren
- Rahm begeben und Suppe aufschäumen
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken
- Suppe anrichten und mit den Kürbiskernen dekorieren