

Frühlings-Kohlrabi-Suppe

Co2-Bilanz: 1620 g

Zubereitungszeit: 30 Minuten / leicht

Zutaten:

2	Stück	Kohlrabi (600g)
600	ml	Wasser
1	TL	Gemüsebrühpulver
40	g	Margarine
40	g	Mehl Typ 550
1/2	l	Gemüsewasser
1/4	l	Milch 3,5 %
150	g	Kräuterfrischkäse
1	El	gehackte Petersilie

Arbeitsablauf:

Kohlrabi vorbereiten und in Stifte schneiden.
Wasser mit dem Gemüsebrühpulver zum Kochen bringen.
Kohlrabistifte dazugeben und 10 Minuten garen.
Dann die Flüssigkeit abgießen, auffangen und die Hälfte des Kohlrabis in eine Suppenterrine geben.
Die Margarine erhitzen und das Mehl zugeben und durchschwitzen.
Die Flüssigkeiten schluckweise zu geben und ca. 3 Minuten kochen lassen.
Kräuterfrischkäse und restlichen Kohlrabi zur Flüssigkeit geben und alles pürieren.
Mit Muskatnuss, einer Prise Zucker und evtl. Salz abschmecken.
Die Suppe zu den Kohlrabistiften in die Suppenterrine geben und mit der Petersilie anrichten.

Guten
Appetit!

