

Erbsensuppe mit Minze

Zutaten | 2-3 Portionen:

400 ml Gemüsebrühe
1 kleine Zwiebel
2 EL Öl
300 g TK-Erbsen
2 Stiele Minze
75 g Crème fraîche
Salz, Pfeffer, ½ TL Kreuzkümmel
Etwas Zitronensaft

So geht's:

- 1) Zwiebel schälen und fein würfeln.
- 2) Öl in einem weiten Topf erhitzen. Zwiebeln darin 1-2 Minuten glasig dünsten.
- 3) Gefrorene Erbsen, bis auf 2 EL, zugeben und kurz mit anschwitzen.
- 4) Mit Brühe ablöschen und alles ca. 5 Minuten köcheln.
- 5) Inzwischen die übrigen Erbsen auftauen lassen.
- 6) Minze waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und zusammen mit 50 g Crème fraîche zur Suppe geben.
- 7) Mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Zitronensaft würzen.
- 8) Suppe von der Herdplatte nehmen und mit einem Stabmixer fein pürieren. Nochmals aufkochen und abschmecken.
- 9) Suppe in Schüsseln verteilen und mit übriger Crème fraîche swirlartig garnieren. Mit Rest Erbsen toppen.

Küchenwerkzeug:

1 Schneidebrett
1 Gemüsemesser
1 Messbecher
1 Tee- und Esslöffel
1 Kochlöffel
1 großer Kochtopf
1 Stabmixer

Guten Appetit!