

Brokkoli-Cremesuppe

Zutaten | 4 Personen:

400 g Brokkoli
1 Zwiebel
2 (mittelgroße) Kartoffeln
1 TL Öl
ca. 600 ml Gemüsebrühe
etwas Hafer-Cuisine
Kräutersalz
frisch gemahlener Pfeffer
frisch gemahlener Muskat
Schnittlauch und / oder Kresse

So geht's:

- 1) Brokkoli waschen und in kleine Röschen teilen.
- 2) Kartoffeln waschen, schälen und in grobe Würfel schneiden.
- 3) Die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in heißem Öl etwas anbraten, den Brokkoli und die Kartoffeln dazu geben, etwas mitdünsten.
- 4) Mit der Gemüsebrühe aufgießen, Gewürze dazu geben und ca. 15 Min. köcheln lassen.
- 5) Alles pürieren, je nach Bedarf mit Wasser verdünnen, sodass es eine sämige Cremesuppe wird.
- 6) Mit etwas Sahne verfeinern und mit fein geschnittenem Schnittlauch oder Kresse servieren.

Küchenwerkzeug:

1 Schneidebrett
1 Sparschäler
1 Gemüsemesser
2 Schalen
1 Teelöffel
1 Messbecher
1 Kochlöffel
1 großer Kochtopf
1 Pürierstab

(Saisonale) Alternativen:

- Die Cremesuppe lässt optional auch mit Blumenkohl oder Kürbis zubereiten.
- Für eine süßlichere Variante empfiehlt sich, die Kartoffeln in Teilen oder ganz durch Süßkartoffeln zu ersetzen.

Guten Appetit!