

Grünkohlsuppe

Suppe

Frühling

Gemüse

Vegetarisch

Zubereitung

Schwierigkeit: ● ● ○ ○ ○

Grünkohl waschen, die Blätter vom Strunk befreien und in Streifen schneiden. Kartoffeln sowie Sellerie schälen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel sowie Knoblauch schälen und fein würfeln.

Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin glasig braten. Grünkohl, Kartoffeln und Sellerie zugeben. Ein Prise Muskatnuss zugeben und mit Gemüsesuppe aufgießen. Zugedeckt auf kleiner Flamme 25 Minuten köcheln lassen. Schlagobers zur Suppe geben und fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die heiße Suppe mit frischen Sprossen, Safranfäden und Frittaten servieren.

Tipp: Dazu passen natürlich auch unsere Backerbsen!



Zutaten

600 g Grünkohl

400 g Kartoffeln

150 g Knollensellerie

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

2 EL Pflanzenöl

1 L Gemüsesuppe Prise
Muskatnuss

100 ml Schlagobers Salz

Pfeffer

Topping:

LAND LEBEN Frittaten
Sprossen

Safranfäden