

Kartoffel-Karotten-Sellerie-Suppe



Rezept: 0130

Kategorie:

Quelle:

Liste: 9.6.7. Hauptspeise Vegetarisch

Kartoffel, Gemüse,

CookBack

Rezeptbeschreibung

Die Kartoffeln, Karotten sowie den Sellerie schälen und in Würfel schneiden. In einem großen Topf 2 EL Rapsöl geben und die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. In den Topf werden nun auch die Kartoffel, Karotten und Selleriewürfel für gut 5 Minuten mit angedünstet, dabei die fein gewürfelten Ingwer und Knoblauchstücke dazu geben. Alles mit ein bisschen Salz und Pfeffer würzen. Nachdem andünsten den Gemüsefond in den Topf geben und alles für gut 20 Minuten im geschlossenen Topf köcheln lassen.

In der Zwischenzeit in einer Pfanne 2 Esslöffel Rapsöl und die Butter erwärmen. Das Weißbrot zu Crouton Würfel schneiden und von allen Seiten in dem Öl, Butter Gemisch goldbraun ausbacken. Dabei mit etwas Currypulver und Salz würzen. Blätter von der Petersilie zupfen und in Streifen schneiden. Einige Blätter zur Dekoration ganz lassen.

Wenn die Kartoffel Karotten und Selleriestücke gar sind die Suppe in einem Standmixer fein pürieren. Alternativ kann auch ein Stabmixer verwendet werden. Beim Pürieren die Sahne mit vermengen. Alles noch mal mit Salz und Pfeffer abschmecken und einige Spritzer Zitronensaft für die Frische hinzugeben und im Topf noch mal kurz erwärmen. Zum Servieren die Suppe auf Teller füllen mit der Petersilie und dem Kürbiskernöl dekorieren. Zum Schluss die Croutons mittig auf den Teller geben. Viel Spaß!

Zutatenliste für 4 Personen

- 300 g Kartoffeln
- 200 g Karotten
- 100 g Knollensellerie
- 1 Schalotte, feine Würfel
- 1 TL Ingwer, feine Würfel
- 1 Knoblauchzehe, feine Würfel
- 1 Zitrone, Bio
- 4 EL Rapsöl
- 3 EL Butter
- 1 TL Currypulver
- 1 TL Kürbiskernöl
- 600 ml Gemüsefond
- 100 ml Sahne
- Petersilie, glatt zum garnieren
- 4 Scheiben Weißbrot für Croutons
- Salz und Pfeffer, frisch gemahlen