

Kräuter-Cremesuppe mit Pesto

Suppen » Creme-Suppen

Zutaten (4 Personen)

- » 3 Lauchzwiebel(n)
- » 40g Butter/Margarine
- » 40g Mehl
- » 800ml Instant-Gemüse-Brühe
- » 150g Baguette(s)
- » 1 EL Pinienkerne
- » 1 Bd. Petersilie
- » 1 Bd. Dill
- » 1 Topf Basilikum
- » 250g Schlagsahne
- » Salz & Pfeffer
- » 50g Pesto

Bewertung



Beschaffung

manchmal im Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

bis 30min

Zubereitung

1. Lauchzwiebeln putzen, waschen, in feine Ringe schneiden. Fett in einem Topf erhitzen, die Lauchzwiebeln darin andünsten. Mit Mehl bestäuben und kurz anschwitzen. Brühe unter Rühren zugießen, aufkochen und ca. 5min köcheln lassen.

2. Inzwischen Baguette in Scheiben schneiden. Im vorgeheizten Ofen bei 175°C 5-10min rösten. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, herausnehmen und auskühlen lassen. Kräuter waschen, trockenschütteln und, bis auf etwas zum Garnieren, hacken. Kräuter und 200g Sahne in die Suppe rühren und pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Baguettescheiben mit Pesto bestreichen und mit Pinienkernen bestreuen. 50g Sahne halb steif schlagen. Suppe in 4 tiefen Schalen anrichten. Je einen Klecks Sahne hineinrühren. Mit restlichen Kräutern garnieren. Pesto-Crostini dazu servieren.

Nährwerte: 510kcal/E7g/F37g/KH33g pro Portion

angelegt am: 15.03.2005

Rezept-Nr: 1687

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2025 M.Hennicke