

# Kräuter-Lammsuppe

Suppen » Eintöpfe

## Zutaten (6 Personen)

- » 500g Lammkeule
- » 1-2 Knoblauchzehe(n)
- » 1 Gemüsezwiebel
- » 2-3EL Olivenöl
- » 1EL Tomatenmark
- » Salz
- » Cayennepfeffer
- » 125ml Weißwein
- » 1l/2l Instant-Gemüse-Brühe
- » 4 Paprika
- » 1 Topf Kerbel
- » 1 Topf Basilikum
- » 1 Stiel Rosmarin
- » 100g Schlagsahne
- » 2-3EL Soßenbinder

## Bewertung



### Beschaffung

guten Supermarkt



### Kosten

11-15€



### Zubereitungszeit

31-60min

## Zubereitung

1. Fleisch in kleine Würfel schneiden. Knoblauch und Zwiebel fein hacken. Öl erhitzen. Fleisch, Knoblauch und Zwiebel darin unter Wenden kräftig anbraten. Tomatenmark zufügen, anschwitzen. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Mit Wein ablöschen. Brühe angießen, aufkochen und zugedeckt ca. 30min köcheln.

2. Paprika klein würfeln. Kräuter grob hacken. Paprika und Hälfte der Kräuter zur Suppe geben. Weitere ca. 15min garen. Mit Sahne verfeinern und mit Soßenbinder leicht andicken. Abschmecken. Mit übrigen Kräutern bestreut servieren.

Nährwerte: 350kcal/E18g/F24g/KH12g pro Portion

angelegt am: 23.07.2003

Rezept-Nr: 509

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