

Spargelsuppe mit Kerbel

Spargel-Gerichte » Spargel-Suppen

Zutaten (4 Personen)

- » 1kg Spargel (weiß)
- » 1l Instant-Gemüse-Brühe
- » 1/2 Zitrone(n)
- » 50g Butter/Margarine
- » 40g Mehl
- » 200ml Schlagsahne
- » Salz & Pfeffer
- » 1 Prise Zucker
- » 1 Prise Muskat
- » Kerbel

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

31-60min

Zubereitung

1. Den Spargel abbrausen, schälen und die unteren Enden abschneiden. Die Stangen evtl. in mundgerechte Stücke teilen. Die Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen, Zitronensaft, 1EL Butter zufügen.

2. Die Spargelstücke in einen Einsatz legen, diesen mit den Spargelenden sowie den Schalen in die Brühe geben und die Spargelstücke darin bissfest garen lassen.

3. Anschließend die Spargelstücke herausnehmen, gut abtropfen lassen und beiseite stellen. Die Spargelbrühe durch ein feines Sieb gießen und erkalten lassen.

4. In einem Topf 40g Butter zerlassen. Das Mehl mit einem Schneebesen einrühren und danach unter ständigem Weiterrühren nach und nach ca. 1l Spargelbrühe dazugeben. Die Suppe zum Kochen bringen und ca. 15min bei mäßiger Hitze köcheln lassen. Dann die Sahne sowie die Spargelstücke dazugeben und kurz erhitzen. Die Suppe mit Salz, Pfeffer, Zucker sowie Muskat abschmecken, in tiefe Teller füllen und mit den Kerbelzweigen garniert servieren.

Nährwerte: 340kcal/E7g/F29g/KH15g pro Portion

angelegt am: 20.05.2006

Rezept-Nr: 2015

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