

Erdnuss-Suppe

Rezept für 4 Personen



Vegetarisch

Zubereitung

Zutaten Erdnuss-Suppe

- 1 TL Olivenöl
- 1/2 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1/3 Lauch
- 300 ml Gemüsebouillon
- 250 ml Magermilch
- 80 g Erdnussbutter
- 10 g Maizena
- 2 Peterlizweige
- Salz, Pfeffer, etwas Zitronensaft

Zubereitung Erdnuss-Suppe

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Lauch längs halbieren, grob schneiden und gut waschen. Das Olivenöl in einem grossen Topf erhitzen und die Zwiebeln, den Lauch und den Knoblauch dazugeben. Alles gut andünsten, bis die Zwiebeln leicht braun sind. Die Gemüsebouillon und Magermilch zugeben und heiß werden lassen (nicht kochen). Die Erdnussbutter zugeben und die Suppe bei schwacher Hitze ca. 15 Minuten einkochen lassen. Die Petersilie hacken. Die Suppe mit einem Stabmixer pürieren und mit Salz, Pfeffer und mit etwa 1 EL Zitronensaft abschmecken. Die Suppe mit der Petersilie garnieren.