
Vegetarische Bärlauchsuppe - Thermomix®

von Vanys Küche | Fudii.online



© Bild & Rezeptidee von Vanys Küche - Fudii.online

Vorbereitung: 15 Min. | **Koch-/Backzeit:** 30 Min. | **Gesamt:** 45 Min.

Zutaten:

100 g Bärlauch, grob geschnitten
350 g Kartoffeln, geschält in
Stücken
800 g Gemüsebrühe
200 g Sahne oder Frischkäse
20 g Butter
1 Zwiebel, halbiert
1 Prise(n) Muskatnuss
Salz und Pfeffer

Optional:

Croutons

Zubereitung:

Für die **vegetarische Bärlauchsuppe** zuerst den Zwiebel in den Mixtopf geben und für **3 Sekunden / Stufe 5** zerkleinern. Danach mit einem Spatel nach unten schieben.

Weiche Butter dazu geben und für **3 Minuten / Varoma (120°C) / Stufe 2** andünsten.

Mit der Gemüsebrühe auffüllen und für **5 Minuten / 100°C / Stufe 2** kochen lassen.

Bärlauch und die Kartoffelstücke hinzufügen und für **20 Minuten / 100°C / Stufe 1** weiter kochen.

Jetzt noch die restlichen Zutaten dazu geben, mit Salz und Pfeffer würzen und für **20 Sekunden / Stufe 8** fein pürieren.

Eventuell nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

In Suppenteller servieren und optional mit Croutons toppen. Fertig :)

Für eine **vegane Bärlauchcremesuppe** braucht ihr die Butter nur durch pflanzliche Margarine und die Sahne durch Sojasahne oder veganem Frischkäse ersetzen.