Rezept: Pilz-Ersatz-Suppe mit Spitzwegerich

Folgendes musst du unbedingt beachten, damit deine Suppe nicht bitter wird und möglichst stark nach Pilzen schmeckt:

- Jungen Blätter verwenden, lasse sie etwas anwelken!
- Die Blütenknospen vom Spitzwegerich nutzen die noch ganz geschlossen sind!

Du benötigst:

- Eine handvoll Spitzwegerichblätter und Knospen fein gehackt
- 3 Kartoffel geschält und klein gewürfelt
- 1 Liter Gemüsebrühe
- Eine Packung Schlagobers oder Kokosmilch
- Einen Teelöffel Butter oder pflanzliches Öl
- Eine Zwiebel fein gehackt
- Eine Zehe Knoblauch fein gehackt

Ablauf:

- Röste die Zwiebel und den Knoblauch im Fett leicht an. Danach lösche mit der Gemüsebrühe ab und gib alle anderen Zutaten bis auf den Schlagobers zu.
- Koche das ganze auf kleiner Stufe für mindestens 30 Minuten – die Kartoffel müssen auf jeden Fall auch gut durch sein.
- Gib den Schlagobers zu und mixe alles fein mit einem Mixer oder Stabmixer durch.
- Wenn du die Suppe dicker magst, kannst du sie noch etwas reduzieren – pass aber gut auf, dass nichts anbrennt.

Manuela Kainer
Adresse: Höhenstrasse 60, 3034 Maria Anzbach
Telefon:+4369911768966
E-Mail: manuelakainer@a1.net