Kräutersuppe

5 Min		30 Min
ZUBEREITUNGSZEIT		GESAMTZEIT

Zutaten für 5 Portionen

- 300 g Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Liter Gemüsebrühe
- 30 g Petersilie
- 30 g Basilikum
- 30 g Schnittlauch
- 30 Kresse
- 200 ml Sahne
- Pfeffer
- Salz
- Muskatnuss
- Olivenöl
- 1 Zitrone (die geriebene Schale davon)

Zubereitung Schritt für Schritt:

1. Schäle die Zwiebel und die Kartoffeln und schneide sie in kleine Würfel.
2. Erhitze etwas Öl in einem Topf und brate die Zwiebel- und Kartoffelwürfel darin an. Presse sie Knoblauchzehe dazu und röste sie ein paar Sekunden mit.
3. Gieße die Gemüsebrühe an und lasse sie 10 Minuten köcheln.
4. Wasche in der Zwischenzeit die Kräuter, tupfe sie trocken und schneide oder hacke sie klein.
5. Gib die gehackten Kräuter mit in den Topf und reibe die Zitronenschale dazu.
6. Füge die Sahne hinzu und püriere die Suppe. Schmecke die grüne Kräutersuppe kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat ab.

Nährwerte pro Portion: 218 kcal | KH 15 g | E 3 g | F 16 g