Sauerampfer-Suppe

Kategorien:	Buffets, Diabetiker, Gemüse, Single, Suppen/Eintöpfe, Vegetarisch, Vorspeisen
Land / Stil:	k.A. / k.A.
Bewertung:	(noch nicht bewertet)



Zutaten

4 große Hand voll Sauerampfer
2 Stangen Lauch
80 g Butter
40 g Mehl
1/8 L Schlagobers
Salz

Zubereitung

Den Lauch fein schneiden.
Mit 3/4 L Wasser aufgießen und weich kochen.
Aus der Butter und dem Mehl eine helle Einbrenn bereiten.
Mit der Lauchbrühe aufgießen und 10 Minuten leicht kochen lassen.
Den Sauerampfer waschen und nudelig schneiden.
Zwei Drittel davon in die heiße Suppe geben und den Schlagobers beifügen.
Mit dem Stabmixer nun pürieren.
Achtung: Jetzt nicht mehr aufkochen lassen, sonst verfärbt sich die grüne Suppe braun!!
Mit Salz abschmecken und in Suppentellern anrichten.
Mit dem restlichen Sauerampfer hübsch garnieren.
Tip: als Suppeneinlage eignen sich geröstete (getoastete) Brotscheiben, oder Butternockerl (siehe mein Rezept!)