

Möhrencremesuppe

Zutaten für 4 Personen

Zubereitungszeit 30 Minuten

Schwierigkeit einfach

Zutaten

Sprossen
1 Prise Salz
1 Zwiebel
3 EL Erdnussöl
500 g Möhren
200 g Schmand
500 ml Gemüsebrühe
1 Prise Pfeffer
Saft einer Zitrone



Zubereitung

Die Zwiebel schälen, fein hacken und im Erdnussöl glasig anschwitzen. Die Möhren schälen, würfeln und kurz mitdünsten. Mit Gemüsebrühe aufgießen und bei mäßiger Hitze 15 - 20 Minuten köcheln lassen. Die Suppe pürieren, Schmand unterrühren und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit frischen Sprossen garnieren.