



Kartoffel-Porree-Suppe

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Kartoffeln, vorw. festk.	500 g
Lauch	1 St.
Öl	2 EL
Gemüsebrühe	1 L
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Muskatnuss, gemahlen	
Baguette	1 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, Pürierstab

1. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln. Kartoffeln schälen und würfeln. Porree längs halbieren, Wurzelenden entfernen, in Streifen schneiden und waschen.
2. In einem Topf Öl auf hoher Stufe erhitzen und Zwiebel mit Kartoffeln und Porree ca. 4 Min. anbraten. 1 EL Porree aus der Pfanne nehmen und zum Garnieren beiseitestellen. Topf mit Gemüsebrühe ablöschen und auf mittlerer Stufe ca. 20 Min. köcheln.
3. Suppe fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Auf Tellern verteilen und mit Baguette servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	311 kcal
Kohlenhydrate	55 g
Eiweiß	7 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	6 g