



Norddeutsche Krabbensuppe

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|---------------------------|---------|
| Kartoffeln, mehligkochend | 500 g |
| Lauch | 1 St. |
| Zwiebeln, gelb | 1 St. |
| Butter | 2 EL |
| Gemüsebrühe | 800 ml |
| Schlagsahne | 200 ml |
| Salz | |
| Pfeffer, schwarz | |
| Muskatnuss, gemahlen | 0.25 TL |
| Nordsee-Krabbenfleisch | 200 g |
| Schnittlauch, frisch | 10 g |

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, großer Topf, Sieb, Pürierstab

1. Kartoffeln schälen, waschen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Lauch längs halbieren, Wurzelansatz entfernen, in dünne Ringe scheiden und in einem Sieb gründlich waschen. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln.
2. In einem Topf Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und Zwiebel darin ca. 2 Min. anbraten. Kartoffeln und Lauch zugeben und weitere ca. 3 Min. anbraten. Mit Gemüsebrühe aufgießen, aufkochen und ca. 20 Min. bei niedriger Stufe köcheln lassen.
3. In ein hohes Gefäß etwa 300 ml Suppe geben und fein pürieren. Pürierte Suppe und Sahne zurück in den Topf geben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.
4. Krabben zugeben und ca. 5 Min. köcheln lassen. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden. Norddeute Krabbensuppe auf Teller verteilen und mit Schnittlauch garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 322 kcal |
| Kohlenhydrate | 38 g |
| Eiweiß | 16 g |
| Ballaststoffe | 4 g |
| Fette | 11 g |