



Sauerkrautsuppe mit Cabanossi

Zeit gesamt
55min

Zubereitungszeit
25min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|----------------------------|-------|
| Kartoffeln, vorw. festk. | 500 g |
| Karotten | 2 St. |
| Zwiebeln, gelb | 1 St. |
| Sauerkraut | 400 g |
| Sonnenblumenöl | 2 EL |
| Gemüsebrühe | 1 L |
| Salz | |
| Pfeffer, schwarz | |
| Majoran, getrocknet | 1 TL |
| Lorbeerblätter, getrocknet | 1 St. |
| Cabanossi | 4 St. |
| Petersilie, frisch | 20 g |
| Schnittlauch, frisch | 10 g |
| saure Sahne | 200 g |

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlerer Topf

1. Kartoffeln schälen, waschen und würfeln. Karotten schälen, Enden entfernen und in Scheiben schneiden. Zwiebel halbieren, schälen und grob würfeln. Sauerkraut in ein Sieb geben und abspülen.
2. In einem Topf Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Kartoffel mit Karotten und Zwiebel ca. 3–4 Min. anbraten. Sauerkraut zugeben und ca. 2 Min. mit anschmoren. Brühe angießen, mit Salz, Pfeffer, Majoran und Lorbeer würzen und ca. 30 Min. zugedeckt garen.
3. Inzwischen Cabanossi in dicke Scheiben schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. In einer Schüssel Kräuter mit saurer Sahne verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Wurstscheiben in der Suppe ca. 5 Min. erhitzen. Sauerkrautsuppe abschmecken, Lorbeerblatt herausnehmen und mit je 1 Löffel Kräutersahne anrichten.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 754 kcal |
| Kohlenhydrate | 41 g |
| Eiweiß | 24 g |
| Ballaststoffe | 7 g |
| Fette | 54 g |