

Gesunde Woche 2021: Live-Cooking mit den Landfrauen im Gesundheitszentrum Schwäbische Alb Hohenstein

Kartoffelsuppe

Rezept für 4 Personen



Zutaten:

600 g Kartoffeln (vorwiegend festkochende oder mehligke Sorte)

30 ml Öl

1 kleine Sellerieknolle

1 Karotte

1 Zwiebel

1 Liter Gemüsebrühe

1 Bund Petersilie oder Schnittlauch

2 Scheiben Toastbrot

1 Tomate

100 g durchwachsener Speck

Zubereitung:

Kartoffeln, Sellerie und Karotten waschen, schälen und in Würfel schneiden

Zwiebel abziehen, fein hacken und in erhitztem Öl andünsten

Gemüse dazugeben und mit Gemüsebrühe aufgießen

Auf mittlerer Hitze ca. 15 Minuten weichkochen

Mit Mixstab pürieren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken

Toastbrot würfeln und in Öl anrösten, Speckwürfel anbraten, Tomate entkernen und kleinschneiden

Petersilie hacken und die Suppe damit anrichten

Guten Appetit!