

Brunnenkresse Suppe



Zusatztipps von Koch John Vosanibola

Hast du einen grünen Daumen?

Kresse-Samen zum selbst anpflanzen bekommst du im Biofachhandel.

Die Suppe lässt sich ausserdem gut einfrieren und eignet sich hervorragend als Basis für verschiedenste Gemüsesuppen (hier die Brunnenkresse weglassen).

Was passt zu unserer leckeren Brunnenkresse Suppe?

- Knuspriges Brot «zum dunkle»
- Flûtes aus Blätterteig



3-4
Personen



20
Minuten

1 l Gemüsefond oder Bouillon

0.5l Weisswein

100g Knollensellerie

1 Lauch (weiss)

1 (klein) Zwiebel

100g Blumenkohl

50g Olivenöl

200g Brunnenkresse

Gewürze wie:

Zucker, Salz und Pfeffer

Vorbereitung

- Das Gemüse und die Zwiebel in grobe Würfel schneiden.
- Den Gemüsefond oder die Bouillon vorbereiten und die Brunnenkresse zusammen mit dem Olivenöl fein pürieren.



Zubereitung

Die Zwiebelwürfel in wenig Öl andünsten. Sobald sie glasig sind, kannst du die restlichen Gemüsewürfel dazugeben und nach Belieben mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken. Das Gemüse anschliessend mit Weisswein ablöschen und direkt mit dem Gemüsefond oder der Bouillon auffüllen und leicht köcheln lassen, bis alles weich ist.

Die Suppe pürieren und erst kurz vor dem Servieren die bereits pürierte Brunnenkresse dazugeben – nochmal alles pürieren und wenn nötig nochmals nachwürzen.

«Gnüsse und en Guete!»