

Bärlauchcremesuppe

Zutaten

1200 ml Gemüsebrühe

300 g Bärlauch, *gewaschen und trocken geschleudert*

300 g mehliges Kartoffeln

250 ml Pflanzensahne

2 mittelgroße Zwiebeln

1 EL Olivenöl

Pfeffer

etwas Kräutersalz

Zubereitung

Zwiebeln grob-würfelig schneiden und in Olivenöl anrösten, den gesäuberten Bärlauch in 2-3 cm breite Streifen schneiden und dazugeben, kurz anbraten und dann mit der Gemüsebrühe aufgießen. Kartoffeln schälen und mit der Gemüsereibe grob raspeln und ebenfalls dazugeben. Die Suppe nun aufkochen lassen, Hitze reduzieren und 5 min köcheln lassen. In einem Standmixer fein pürieren, zurück in den Topf gießen und die Sojasahne mit dem Schneebesen untermischen, sowie mit Kräutersalz und Pfeffer abschmecken. Die Suppe sofort servieren und nicht mehr aufkochen lassen, sonst flockt die Pflanzensahne aus. Sehr nett sieht es aus, wenn man oben auf etwas Pflanzensahne träufelt und mit eine paar fein geschnittenen Bärlauchblättern garniert.