

Erbsen-Spinat-Suppe

Zutaten:

650 g TK-Erbsen, 450 g TK-Spinat, 1 Zwiebel, 2 große Kartoffeln, 1 Liter kräftige Gemüsebrühe, 200 g Sahne, 2 EL Butter, Bärlauch (geht aber auch eine kleine Knoblauchzehe), Salz, Pfeffer, Macis (Muskatblüte), 1 Prise Zucker, einige Spritzer Zitronensaft.

Zubereitung:

Die klein geschnittene Zwiebel in der Butter andünsten und die in Würfel geschnittenen Kartoffeln dazu geben, ebenso den Bärlauch. Kurz andünsten lassen, dann mit der Gemüsebrühe ablöschen. Ca. 5 Minuten köcheln lassen. Die Erbsen mit in die Brühe geben und weitere 10 Minuten köcheln lassen, dann kommt der Spinat und die Sahne dazu. Wenn alles schön weich ist mit dem Mixstab pürieren und gut abschmecken. Wer die Suppe besonders fein haben möchte, kann sie noch durch ein Sieb streichen. Heiß serviert mit ein bisschen Deko ist sie ein Genuss. Man kann auch noch einen Klecks Saure Sahne dazu reichen oder ein paar Griesklößchen in die Suppe geben.

Guten Appetit!