



Kochdauer:
Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:
einfach

Zutaten:

2 l	Gemüsesuppe
50 g	Butter
65 g	Mehl
1 Schuss	Most
1 Schuss	Schlagobers
	Heumblumen
	Zimt, gemahlen
	Gewürznelken
	Zitronenschalen, unbehandelt
	Thymian
	Majoran
	Wacholderbeeren
	Lorbeerblätter
	Pfefferkörner, grob
	Milch
	frische Kräuter

Mein persönlicher Tipp

Mit halbgeschlagenem Obers und feingehackten Kräutern in Gläsern im Heu servieren!



Monika Lindbichler-Sohneg
Seminarbäuerin und Referentin für
Kochen und Ernährung

Quellen:

Cremesuppe von Heublumen



Foto: LK OÖ/Evelyn Puchner - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- Gemüsefond aufkochen lassen, die Heublumen dazugeben und ziehen lassen. Die restlichen Zutaten beimengen, zudecken und auskühlen lassen. Abseihen und weiterverarbeiten.
- Einmach bereiten, mit Most ablöschen, mit Milch und Fond aufgießen, würzen, durchkochen lassen und schließlich mit dem Mixstab pürieren.



lk Bäuerinnen
Österreich

Eine Initiative des
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

LE 14-20
Entwicklung für den ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschafts- und
Ressort für die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete

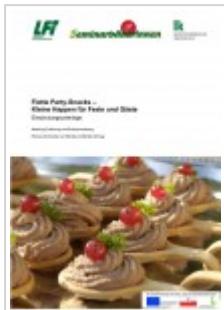


Regionale Rezepte



von Bäuerinnen empfohlen

traditionell & saisonal



Romana Schneider & Monika
Lindbichler-Sohneg: *Kursunterlage
Flotte Party-Snacks- Kleine Happen
für Feste und Gäste*



lk Bäuerinnen
Österreich

Eine Initiative des
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

LE 14-20
Entwicklung für den ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschafts-Fonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gefiete

