

#### Kochdauer:

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

#### Schwierigkeit:

einfach

#### Zutaten für 4 Portionen:

- 1 gelbe Zwiebel
- 3 EL Rapsöl
- 850 ml Gemüsesuppe
- 150 g Bärlauch
- 3 Erdäpfel
- 100 g Schlagobers
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen

#### Mein persönlicher Tipp

Die Suppe mit gerösteten Brotwürfel und einem "Schlagobers Häubchen" servieren.



**Katrin Fischer**

Ernährungswissenschaftlerin aus Linz

#### Quellen:



Katrin Fischer: *Privatrezept*

## Bärlauchsuppe

mit einem Schlagobers Häubchen



Foto: Tobias Schneider-Lenz - Nicht zur freien Verwendung

#### Zubereitung

- Die Zwiebel und die Erdäpfel schälen und klein würfeln.
- Den Bärlauch gründlich waschen und in Streifen schneiden.
- Das Rapsöl in einem Topf erhitzen, die Zwiebeln darin glasig dünsten.
- Die Erdäpfelstücke dazugeben und kurz anrösten.
- Mit der Suppe aufgießen.
- Den Bärlauch dazugeben und für ca. 15 Minuten auf mittlerer Stufe köcheln lassen.
- Anschließend die Suppe mit dem Pürierstab fein pürieren.
- Schlagobers dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und nochmals pürieren.