



Unser Rezept

DER WOCHE

KOHLRÜBENCREMESUPPE

ZUTATEN:

500 g Steckrübe(n)
1 große Möhre(n)
2 m.-große Kartoffel(n)
1 Stück(e) Knollensellerie
1 Becher süße Sahne, oder Naturjogurt
2 EL Gemüsebrühe (Pulver)
etwas Pfeffer, frisch gemahlen
1 EL, gestr. Kümmelpulver
evtl. Salz
1 EL Öl, geschmacksneutral

ZUBEREITUNG:

1. Das Gemüse schälen und in grobe Stück schneiden, damit es später schnell gart. (Die Kohlrübe braucht mehr Zeit, als die Kartoffeln und die Möhre.)
2. Im Öl nicht zu lange andünsten.
3. Mit in kochendem Wasser gelöster Gemüsebrühe gerade bedecken und ca. 15 Minuten köcheln.
4. Pürieren, Sahne bzw. Naturjogurt hinzufügen und mit Pfeffer und Kümmel abschmecken.

Wir wünschen einen guten Appetit

GEMÜSE  GÄRTNEREI

Florian und Claudia Prietz GbR - Nußbaumstraße 9 - 83533 Edling

www.gemuesegaertneri.com

kontakt@gemuesegaertneri.com - 0176/23949100