



REZEPT DER WOCHE

GRÜNKOHLSPUPPE

MIT KAROTTEN UND KARTOFFELN

Zutaten

1 Bund Grünkohl
1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel
400 g festkochende Kartoffeln
200g Karotten
2 EL Butter
800 ml Gemüsebrühe
2 EL Schmand
Salz und frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung

Den Grünkohl putzen und in kochendem Salzwasser bissfest garen. In einem Sieb abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Dann den Grünkohl grob hacken.

Die Knoblauchzehe und die Zwiebel schälen. Die Knoblauchzehe fein hacken und die Zwiebel in Würfel schneiden. Die Kartoffeln schälen, die Karotten putzen und beide in etwa 1,5 cm dicke Würfel schneiden.

Die Butter in einem Topf zerlassen und die Zwiebeln darin goldbraun braten. Den Knoblauch, die Kartoffel- und Karottenwürfel zugeben und ebenfalls kurz anbraten. Den gehackten Grünkohl zugeben und mit der Gemüsebrühe ablöschen. Etwa 20 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf Teller verteilen. Jeweils einen Klecks Schmand auf die Grünkohlsuppe setzen.

Fertig.