

Für vegane Suppenkasper: Kartoffel-Lauch-Suppe mit Croûtons

VORBEREITEN

15
Min.

ZUBEREITEN

50
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

Für die Suppe

2 Stangen Lauch
6 mittelgroße Kartoffeln
2 Schalotten
2 Knoblauchzehen
500 ml Gemüsebrühe
2 Zweig(e) Thymian
1 Lorbeerblatt
2 Esslöffel Öl
Salz, Pfeffer
2 Frühlingszwiebeln

Für die Croûtons

2 Scheiben Graubrot
2 Esslöffel Olivenöl
1 Knoblauchzehe

Besonderes Zubehör

Stabmixer

Dass es für eine leckere Suppe weder Milch noch Sahne braucht, dafür ist diese cremige Kartoffelsuppe der beste Beweis. Mit ein paar Stangen knackigem Lauch und frischen Kräutern wird die würzige Suppe extra aromatisch. Für die nötige Cremigkeit sorgen

sämige Kartoffeln. Und damit's beim Löffeln auch was zu Beißen gibt, landen oben drauf noch ein paar krosse Knoblauch-Croûtons aus Graubrot.

- 1 -

Für die Suppe Kartoffeln und Schalotten schälen und würfeln. Lauch putzen und kleinschneiden. Knoblauch schälen und hacken.

- 2 -

Schalotten und Knoblauch mit Öl in einem großem Topf glasig dünsten. Lauch zugeben und ca. 10 Minuten mit anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen.

- 3 -

Kartoffeln und Gewürze dazugeben, mit Gemüsebrühe aufgießen und bei mittlerer Hitze ca. 30 Minuten köcheln lassen, bis die Kartoffeln gar sind. Topf vom Herd nehmen und 10 Minuten abkühlen lassen.

- 4 -

Für die Croûtons Brot in grobe Würfel schneiden. Mit Olivenöl von allen Seiten in einer Pfanne rösten. Knoblauchzehe halbieren und Croûtons mit Knoblauch einreiben.

- 5 -

Lorbeerblatt und Thymian aus dem Topf fischen. Suppe mit einem Stabmixer pürieren und mit Salz und Pfeffer würzen.

- 6 -

Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und über die Suppe geben. Mit Croûtons servieren.

Für vegane Suppenkasper: Kartoffel-Lauch-Suppe mit Croûtons