



KOCHREZEPTE

Selleriecremesuppe

Zutaten für 2 Personen

- 500 g Knollensellerie (geputzt gewogen)
- 1 EL Rapsöl
- 600 ml Fleischbrühe
- 4 dünne Scheiben roher, geräucherter Schinken
- 25 g Kürbiskerne
- 200 ml Vollmilch (3,5% Fett)
- 100 g Sahne
- 1 Prise Muskatnuss (frisch gerieben)
- Salz und Pfeffer aus der Mühle nach Geschmack

Sellerie putzen, waschen und würfeln. Öl im Topf erhitzen und den Sellerie darin anschwitzen, bis er leicht gebräunt ist. Mit der Brühe ablöschen und bei schwacher Hitze (15-20 Min.) leicht köcheln lassen. Fettrand am Schinken entfernen, magere Schinken-scheiben würfeln. Kürbiskerne grob hacken. Suppe pürieren, Milch und Sahne zufügen. Mit Salz, Pfeffer und wenig geriebener Muskatnuss abschmecken. Suppe auf Teller verteilen, mit Schinken und Kürbiskernen bestreuen.

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

Praxissprechstunden

MO	DI	MI	DO	FR
08 – 13 15 – 18 Uhr	08 – 13 15 – 18 Uhr	08 – 12 – Uhr	08 – 13 15 – 19 Uhr	08 – 14 – Uhr