

Zucchiniisuppe



ZUTATEN

- 1 Zucchini
- 2 Becher Schmand oder Creme fraiche
- 1L Wasser
- 1L Gemüsebrühe
- 2-3 Kartoffeln
- Salz/Pfeffer



ca. 4
Portionen



20
Minuten



70
Minuten

©TanteMaria



Zucchini-suppe



SO GEHT'S

- Zucchini halbieren und mit einem Löffel die Kerne heraus kratzen. Dann die Hälften in Stücke schneiden, dass sie gut in den Topf passen - müssen nicht so klein sein.
- Dann 2-3 Kartoffel schälen, würfeln und dazu geben. 1 Liter Wasser hinzufügen, 1 Brühwürfel für 1 Liter (Gemüsebrühe, geht auch gekörnte Brühe) dazugeben und so lange kochen, bis man mit einer Gabel die Zucchini gut durchstechen kann.
- Dann einen Becher Schmand oder Creme fraiche hinzugeben und pürieren. Abschmecken mit Brühe oder Salz.

Tipps:

- Die Wassermenge hängt von der Gemüsemenge ab, am besten immer nur so viel, dass es noch nicht bedeckt ist.
- So funktioniert es auch mit Kürbis oder Kohlrabi - Kürbis schmeckt gut mit etwas Milch. Kohlrabi auch lecker mit Gemüsezwiebeln und Curry.