Schmackhafte Spinatcremesuppe

Für eine leichte und schmackhafte Spinatcremesuppe ist immer genug Zeit, denn mit diesem Rezept ist die Suppe im Handumdrehen zubereitet.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 25 min



Zutaten

550 g	Blattspinat
1 l	Gemüsebrühe
1 Stk.	Kartoffel
1 Stk.	Karotte
1 Tupfer	Schlagobers
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Muskat
	Johannisbrotkernmehl (bei Bedarf)

Zubereitung

1. Für eine schmackhafte Spinatcremesuppe zunächst die Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen. In der Zwischenzeit Kartoffel und Karotten schälen und sehr fein würfeln. In den Topf geben und ca. 10 Minuten köcheln lassen.

2. Blattspinat waschen und verlesen (alternativ: TK-Spinat auftauen lassen und ausdrücken) und in die Suppe geben. Noch einmal aufkochen und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Weitere 5 Minuten köcheln lassen.

3. Wenn Karotten und Kartoffeln weich gekocht sind, alles mit dem Stabmixer fein pürieren. Nach Belieben mit Joghurt, Schlagobers oder Schmand verfeinern. Bei Bedarf mit Johannisbrotkernmehl andicken. Sofort servieren.

Tipp

Durch eine ordentliche Prise Cayennepfeffer erhält die schmackhafte Spinatcremesuppe eine wunderbar scharfe Note.