

Fisolensuppe

Die leichte Fisolensuppe kann man mit diesem Rezept einfach zubereiten. Eine delikate Gemüsesuppe für die ganze Familie.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 25 min

Gesamtzeit: 40 min



Zutaten

600 g	Fisolien
2 Stk.	Zwiebel (mittelgroß)
1 Stk.	Knoblauchzehe
2 EL	Butter
1 l	Gemüsebrühe
1 Prise	Muskat
	Salz und Pfeffer
250 g	Sauerrahm

Zubereitung

1. Für die Fisolensuppe die Fisolien putzen, die Enden abbrechen und in kleine Stücke schneiden oder brechen. In Salzwasser zirka 15 Minuten kochen und abseihen.
2. Die Zwiebel und Knoblauchzehe schälen, klein zerhacken. Jetzt die Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch bei niedriger Hitze glasig dünsten. Zirka drei Verteil der Fioslen in den Topf geben, mit Gemüsebrühe aufgießen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Auf kleiner Flamme zirka 10 Minuten leicht köcheln lassen. Danach mit einem Mixstab fein pürieren. Abschließend den Sauerrahm zugeben und unterrühren. Die Fisolensuppe in Teller anrichten und mit den restlichen Fisolien garnieren.

Tipp