

Kartoffel-Gemüse-Suppe mit Zartweizen

Gesund, bunt und lecker - ein unkompliziertes Rezept für Kartoffel-Gemüse-Suppe mit Zartweizen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 35 min



Zutaten

1 Stk.	Kartoffel (speckig)
0.5 Stk.	Karotten
0.5 Stk.	Sellerieknollen
1 Stk.	Schalotte
60 g	Erbsen (tiefgekühlt)
1 EL	Speckwürfel
1 Stk.	Lorbeerblatt
1 Spritzer	Balsamicoessig
1 TL	Kümmel
1 TL	Speisestärke
1 EL	Kräuter
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
80 g	Zartweizen

Zubereitung

1. Für die **Kartoffel-Gemüse-Suppe mit Zartweizen** zuerst den Sellerie, die Karotte und die Kartoffel in Würfel schneiden. Nun gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.
2. In der Zwischenzeit die Schalotte in kleine Stückchen hacken. Jetzt die Erbsen und das kleingeschnittene Gemüse für ca. 5 bis 8 Minuten in dem Wasser kochen lassen.
3. Nach der Garzeit den Kümmel, den gewürfelten Speck, den Balsamicoessig und das

Lorbeerblatt hinzufügen. Um die Suppe schnell und einfach zu binden, die Stärke mit etwas Wasser verrühren und in die Suppe geben.

4. Das Ganze nun pfeffern und salzen. Nun erneut leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und den Zartweizen hineingeben. Ist der Zartweizen weich, zur Suppe hinzufügen. Zum Schluss die Suppe in vorgewärmte Schüsseln oder tiefe Teller geben und mit frischen gehackten Kräutern servieren.

Tipp

Sehr gut schmeckt die Kartoffel-Gemüse-Suppe mit Zartweizen mit frischer Petersilie.