

Rezept für Brokkoli-Cremesuppe

Dauer: 30 min

Zutaten für 4 Personen:

- 600 g Brokkoli
- 1 EL Rapsöl
- 1 Zwiebel
- 2 Zehen Knoblauch
- 750 ml Gemüsebrühe
- 100 ml (fettreduzierte) Sahne
- Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- Mandelblätter



Zubereitung:

Den Brokkoli putzen und grob zerschneiden (alternativ: tiefgekühlten Brokkoli auftauen). Zwiebel und Knoblauch abziehen und grob hacken.

Das Öl in einem Suppentopf erhitzen, Brokkoli, Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin fünf Minuten dünsten. Brühe und Sahne dazu gießen und aufkochen. Zugedeckt 15 Minuten köcheln lassen. Inzwischen die Petersilie waschen und fein hacken.

Die Suppe fein pürieren und mit Pfeffer, gehackter Petersilie und wenig Salz würzen.

Nach Geschmack in einer beschichteten Pfanne Mandelblättchen anrösten und darüber streuen.