



Gemüsesuppe mit Apfel

Die Wetterprognosen zeigen für die kommenden Tage etwas kältere Temperaturen an. Da tut eine wärmende Suppe ganz bestimmt gut.

Zubereitung: ca. 30 Minuten

Kochzeit: ca. 40 Minuten

Zutaten

400 g Lauch, küchenfertig gewogen

1 Knoblauchzehe

300 g Fenchel, küchenfertig gewogen

500 g Äpfel

200 g Karotten

1 Lorbeerblatt

4 Blätter Salbei

1 Zweig Rosmarin

1/2 TL Paprika, wer mag kann eine Rauchpaprika verwenden

Salz und Pfeffer nach Bedarf

Olivenöl

1 Liter Gemüsebrühe

Zum Servieren

4 Scheiben Toastbrot
Sprossen nach Belieben

Zubereitung

Gemüse küchenfertig zubereiten und waschen. Apfel, schälen, vierteln und entkernen. Lauch in Streifen schneiden. Fenchel, Äpfel und Karotten in Würfel schneiden.

In einer Pfanne die Kräuter und der Knoblauch zusammen mit dem Olivenöl und dem Lauch auf kleinem Feuer während 15 Minuten dämpfen.

Nach dieser Zeit die Karottenwürfel, Fenchel und Äpfel dazu geben und kurz dämpfen lassen. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und während 15 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mit einem Pürierstab die Suppe pürieren. Sollte die Suppe für den eigenen Geschmack zu dickflüssig sein, etwas mehr Wasser dazu geben.

Paprikapulver dazu geben und nochmals aufschäumen. Bis zum Servieren warm halten.

Brotwürfel zubereiten

Die Kruste bei den Toastbrotsciben entfernen. Krume in Würfel schneiden.

In einer Bratpfanne etwas Bratbutter erhitzen und die Brotwürfel darin goldig anbraten.

Anrichten

Suppe in Tassen füllen. Toastbrotwürfel und Sprossen darüber verteilen. Sofort servieren.