

Apfel Sellerie Suppe

Herrlich fruchtige Suppe – passt zu jeder Jahreszeit.



Rezept

4 Portionen

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeit: Einfach

Zutaten:

- 200 g Kartoffeln
- 400 g Knollensellerie
- 2 süß-saure Äpfel
- 1 l Gemüsebrühe
- 150 ml Schlagsahne

- 1 kleine Knoblauchzehe
- 1 EL Petersilie
- 1 Prise Muskatnuss
- 1 Hand voll Haselnüsse
- 4 cm Lauch

Topping:

- LAND LEBEN Bio Dinkel Backerbsen

Zubereitung:

Gemüse und Äpfel schälen und in Würfel schneiden. Alles in etwas Öl kurz anschwitzen, mit der Gemüsebrühe ablöschen, dann köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist. Nun eine zerdrückte Knoblauchzehe, die gehackte Petersilie und eine Prise Muskatnuss zugeben und gut durchrühren.

Zum Schluss die Schlagsahne unterrühren und pürieren. Vor dem Servieren mit Haselnuskernen, fein geschnittenem Lauch und knusprigen LAND-LEBEN Dinkel Backerbsen bestreuen.

TIPP: Sellerie bleibt länger frisch, wenn die Knolle im Kühlschrank in ein feuchtes Tuch eingeschlagen wird.

www.land-leben.com