



Brokkolisuppe

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Zutaten für 2 Personen:

½ EL Rapsöl

250g ganzer Broccoli mit Strunk

½ Zwiebel

0,5 dl Weisswein

5dl Gemüsebouillon

Salz und Pfeffer

½ dl geschlagener Rahm bei Bedarf

Zwiebel schneiden, Brokkoli waschen, putzen, Röschen grob zerteilen, Strunk mit dem Sparschäler schälen und in kleine Stücke schneiden. Das Rapsöl erwärmen, Zwiebeln und Broccoli unter Rühren auf kleiner Stufe dämpfen. Mit dem Weisswein ablöschen. Gemüsebouillon dazugeben. Auf kleiner Stufe zugedeckt ca. 20 Minuten kochen. Die Suppe mit dem Mixer fein mixen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und bei Bedarf mit dem geschlagenen oder flüssigen Rahm verfeinern.

Brokkoli-Tipp: Den Brokkolistrunk in kleine Würfel schneiden und roh oder in etwas Rapsöl gedünstet mit gerösteten Mandelsplittern zur Suppe oder einem Salat geben.