



## Bärlauch-Kräuterschaumsuppe

### **Zutaten:**

10 Stiele Blatt Petersilie, frisch  
5 Stiele Basilikum, frisch  
1/8 Bund Schnittlauch, frisch  
1/8 Bund Kerbel, frisch  
1/2 Bund frischer Bärlauch  
20 ml Olivenöl  
25 g Parmesan, frisch gehobelt

200 g Kartoffelwürfel, fein geschnitten roh  
100 g Zwiebelwürfel, fein geschnitten roh  
10 g Knoblauch, frisch  
6 cl Weißwein trocken  
3 cl Zitronensaft, frischgepresst  
0,20 l Bio-Obers 36 %  
30 g Dinkelmehl  
1,2 Liter fertig angesetzter Gemüsefond hell  
Salz, Pfeffer, Olivenöl oder Butter für den Ansatz



### **Zubereitung:**

Vor dem Suppenansatz ein würziges Pesto aus Kräutern, Käse und Olivenöl bereiten und kaltstellen. Zwiebel in Olivenöl hell anschwitzen. Kartoffeln dazugeben und mitschmoren lassen. Knoblauch hinzufügen, leicht mit Dinkelmehl stauben.  
Dann mit Wein und Zitronensaft ablöschen, reduzieren (für Kinder ohne Wein – etwas mehr Zitrone). Mit Obers und Fond aufgießen und langsam kochen lassen.  
Direkt vor dem Anrichten das Kräuter Pesto mit einem Pürierstab ein mixen.  
Abschmecken. Mit frischen Kräutern bestreuen und genießen. 😊

Tipp: Croutons als Einlage passen ausgezeichnet!