

# Petersilienwurzelsuppe

Schwierigkeit:

Leicht

Menge:

4 Personen

Dauer:

35 Minuten

Kategorie:

Suppen

Herkunft:

Ursel

## Zutaten

- 1 Zwiebel
- 500g Petersilienwurzeln
- 200g mehliges Kartoffeln
- 2 EL Bratöl
- 100 ml trockener Weißwein
- ca. 750ml Gemüsebrühe
- 1 Lorbeerblatt
- **4EL Kürbiskerne \* 2 EL Aceto Balsamico \* 1 EL Agavensirup \* Salz \* 1-2TL Garam Masala \* 2TL Thymianblättchen**
- 200g Hafercreme oder Sahne
- schwarzer Pfeffer
- 1 Pr. ger. Muskatnuss

\* **2-3 EL Kürbiskernöl**

## Anleitung

1. Zwiebel fein würfeln. Petersilienwurzeln und Kartoffeln schälen und grob würfeln. In einem Topf **1 EL Öl** erhitzen, die Zwiebel darin glasig dünsten. Petersilienwurzel und Kartoffeln dazugeben und kurz mitanschwitzen. Mit Weißwein ablöschen, kurz einkochen lassen. Gemüsebrühe und Lorbeerblatt zugeben, aufkochen und bei kleiner Hitze 15-20 min. kochen lassen.

2. Inzwischen in einer Pfanne 1 EL Öl erhitzen. **Kürbiskerne** darin knusprig rösten. Balsamico und Agavendicksaft dazugießen und einmal aufkochen lassen. Pfanne vom Herd nehmen und die Kerne mit Salz Garam masala und Thymian würzen.

3. Lorbeer aus der Suppe nehmen. (Hafer-)sahne dazugießen und die Suppe fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat herzhaft abschmecken.

4. Zum Servieren etwas Kürbiskernöl darauf träufeln und mit den Kürbiskernen bestreuen.

## Bilder

*Hier können über die Upload Funktion Bilder vom Rezept eingefügt werden*

## Kommentare

Du kannst natürlich auch nur die Kürbiskerne (oder Sonnenblumensamen) anrösten und drüberstreuen.

## Quelle

aus Schrot und Korn 12/2017

From:  
<https://rezepte.basti.rocks/> - **Schröders Rezepte**

Permanent link:  
<https://rezepte.basti.rocks/rezepte/petersilienwurzelsuppe/index?rev=1674495293>

Last update: **2023/01/23 18:34**

