Rezept

Grüne Spargelsuppe mit Lachs

Ein Rezept von Grüne Spargelsuppe mit Lachs, am 27.04.2024

Zutaten

125 g	Lachsfilet (ohne Haut)
	Pfeffer
50 g	TK-Erbsen
2	Schalotten
50 ml	Weißwein
	½ Bund Basilikum
	Salz
1 EL	Öl
300 g	grüner Spargel
1 EL	Butter
	¼ l Hühnerfond (Glas)
100 g	Sahne

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 475 kcal

Zubereitung

1. Fischfilet waschen, trocken tupfen, salzen, pfeffern und im Öl bei starker Hitze 2 Min. auf jeder Seite braten. Abkühlen lassen.

2. Erbsen antauen. Spargel waschen, putzen und in Stücke schneiden. Schalotten schälen, fein würfeln und in der Butter andünsten. Mit Wein und Fond auffüllen, aufkochen. Spargel zufügen, 6 Min. garen. Basilikum abzupfen und bis auf ein paar Blätter grob hacken.

3. Suppe vom Herd nehmen, Basilikum zufügen und glatt pürieren. Sahne und Erbsen einrühren, salzen und pfeffern, 2 Min. kochen. Lachs in Stücke schneiden. Auf der Suppe anrichten, mit Basilikum garnieren.