

Rezept

## Blätter-Suppe

Ein Rezept von Blätter-Suppe, am 28.06.2026

### Zutaten

<b>3 Handvoll</b> frische Blätter (z. B. von Rübchen, Rote Bete, Radieschen, Kohlrabi; ersatzweise Salatblätter)	<b>2 EL</b> Butter
Salz	<b>1 l</b> Milch
<b>2</b> Eigelb	Pfeffer
	<b>2 EL</b> Crème fraîche

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 285 kcal, 21 g F, 10 g EW, 13 g KH

### Zubereitung

1. Die Blätter verlesen, gröbere Stängel entfernen. Blätter gründlich waschen und trocken schleudern, einige kleine Blättchen für die Garnitur beiseitelegen. Übrige Blätter in schmale Streifen schneiden.

---

2. Butter in einem Topf erhitzen. Die Blätterstreifen zugeben und ca. 3 Min. unter gelegentlichem Rühren andünsten. Milch zugießen und alles bei kleiner Hitze in 5-10 Min. zugedeckt weich garen. Die Suppe mit Salz und Pfeffer würzen und nach Belieben pürieren.

---

3. Die Eigelbe mit der Crème fraîche verrühren und mit einem Koch-löffel unter die Suppe mischen. Alles nochmals kurz erhitzen, aber nicht mehr kochen lassen. Die Blätter-Suppe abschmecken, mit den beiseitegelegten Blättchen garnieren und servieren.