

Rezept

Blätter-Suppe

Ein Rezept von Blätter-Suppe, am 27.04.2024

Zutaten

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