

Rezept

Champignonsuppe mit Schinken und Kräutern

Ein Rezept von Champignonsuppe mit Schinken und Kräutern, am 09.06.2026

Zutaten

250 g frische Champignons	1 kleine Schalotte
30 g magerer Schinkenspeck	1 TL Sonnenblumenöl
2 TL Mehl	375 ml Gemüsebrühe
4 EL Sahne	Salz
schwarzer Pfeffer	geriebene Muskatnuss
1 Spritzer Zitronensaft	je 1 EL gehackte glatte Petersilie und Schnittlauch

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min
| **Pro Portion** Ca. 220 kcal

Zubereitung

1. Champignons mit Küchenpapier abreiben und klein würfeln. Die Schalotte schälen und würfeln. Den Speck klein würfeln, in einem Topf im heißen Öl anbraten. Die Schalotten unterrühren und glasig dünsten. Champignons zufügen und unter Rühren 3 Min. dünsten.
2. Das Mehl darüberstreuen und unterrühren, dann die Gemüsebrühe unter Rühren zugießen und unter weiterem Rühren aufkochen. Die Suppe zugedeckt 15 Min. köcheln lassen.
3. Sahne unterrühren und erhitzen. Die Suppe mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Muskat und Zitronensaft abschmecken. Kräuter unterrühren und die Suppe servieren.