

Rezept

Cremige Bärlauchsuppe mit gepickelten Radieschen

Ein Rezept von Cremige Bärlauchsuppe mit gepickelten Radieschen, am 21.05.2026

Zutaten

Für die gepickelten Radieschen

2 EL Salz	2 EL Zucker
50 ml Gewürzgurkenflüssigkeit	50 ml Branntweinessig
½ rote Zwiebel	6 Radieschen

Für die Bärlauchsuppe

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 mehligkochende Kartoffeln	1 Stück Knollensellerie (ca. 15 g)
3 EL neutrales Öl	100 ml Weißwein
ca. 1 1/2 l Gemüsebrühe	1 Bund Bärlauch
½ Bio-Zitrone	250 ml pflanzliche Sahne
2 TL Ahornsirup	Salz
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 380 kcal, 21 g F, 2 g EW, 38 g KH

Zubereitung

Gepickelte Radieschen

1. Salz, Zucker, Gurkenaufguss und Essig mit 50 ml Wasser in einer Schüssel verrühren, bis Salz und Zucker aufgelöst sind. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Radieschen putzen und waschen, in feine Scheiben schneiden und mit der Zwiebel in der Essigmischung mischen. Beides mindestens 30 Min. - besser noch über Nacht - marinieren lassen.

Bärlauchsuppe

2. Zwiebel, Knoblauch, Kartoffeln und Sellerie schälen und fein würfeln. Das Öl in einem Topf erhitzen, die Zwiebel darin anschwitzen. Sellerie, Kartoffeln und Knoblauch dazugeben und unter gelegentlichem Rühren einige Min. anschwitzen. Mit dem Wein ablöschen, kurz einkochen lassen und 1 l Gemüsebrühe angießen. Das Gemüse weich köcheln lassen, dabei eventuell weitere Brühe hinzufügen.

3. In der Zwischenzeit den Bärlauch waschen, trocken schütteln und in feine Streifen schneiden. Ein paar Streifen für die Dekoration beiseitelegen. Die Zitrone heiß waschen, trocken tupfen und die Schale fein abreiben. Bärlauch und Sahne zur Suppe geben und alles mit dem Stabmixer fein pürieren. Die Suppe mit Zitronenschale, Ahornsirup, Salz und Pfeffer abschmecken.

Anrichten

4. Die Radieschen aus der Essigmischung nehmen und abtropfen lassen. Die Suppe in Teller verteilen und mit den Radieschen und Bärlauchstreifen dekorieren.