

Rezept

Grüner Cappuccino

Ein Rezept von Grüner Cappuccino, am 09.09.2024

Zutaten

2 Frühlingszwiebeln	1 Knoblauchzehe
1 EL Olivenöl	300 g TK-Brokkoli
400 ml Gemüsebrühe	3 EL fein gehackte Basilikumblättchen
100 g Sahne	1 EL Balsamico bianco
Salz	Pfeffer
2 EL fein gehackte Haselnusskerne	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 310 kcal

Zubereitung

1. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin unter Rühren 2 Min. andünsten. Brokkoli unter Rühren 2 Min. mitdünsten. Brühe und Basilikum einrühren, zugedeckt bei mittlerer Hitze 6-8 Min. kochen. 70 g Sahne steif schlagen.
2. 3 EL Sahne und 1 EL Balsamico bianco unter das Gemüse mischen, 2-3 Min. kochen lassen.
3. Suppe fein pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und in große Tassen geben. Schlagsahne daraufsetzen, mit Haselnüssen bestreuen.