

Rezept

Kräutersamtsuppe

Ein Rezept von Kräutersamtsuppe, am 09.06.2026

Zutaten

100 g Knollensellerie	1 Kartoffel (ca. 100 g)
1 dünne Stange Lauch	1 Schalotte
2 EL Butter	1 EL Mehl
100 ml trockener Weißwein	1 l Gemüsebrühe
ca. 125 g gemischte Frühlingskräuter (Petersilie, Kerbel, Sauerampfer, Estragon, Dill)	1 Eigelb
Salz	100 g Sahne
	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 210 kcal

Zubereitung

1. Sellerie und Kartoffel schälen und würfeln, Lauch putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Schalotte schälen, würfeln und in der Butter glasig dünsten. Sellerie, Kartoffel und Lauch 1 Min. mitdünsten. Mehl darüberstäuben, mit Wein ablöschen, kurz einkochen lassen. Brühe dazugießen und unter Rühren aufkochen lassen. Bei kleiner Hitze 15 Min. kochen lassen.
2. Die Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blättchen hacken und unterrühren. Die Suppe fein pürieren. Eigelb und Sahne verrühren. Die Suppe vom Herd nehmen. Die Eigelb-Sahne-Mischung mit 1 Suppenkelle voll Suppe verrühren und in die Suppe einrühren. Die Suppe behutsam wieder erhitzen (sie darf nun nicht mehr kochen!) und mit Salz und Pfeffer abschmecken.