

## Rezept

# Lauchsuppe

Ein Rezept von Lauchsuppe, am 05.08.2024

## Zutaten

<b>1</b> Knoblauchzehe	<b>1 dünne Stange</b> Lauch
<b>1</b> kleine mehligkochende Kartoffel	<b>1 EL</b> Olivenöl
<b>500 ml</b> Gemüsebrühe	<b>150 ml</b> Milch (1,5 % Fett)
Salz	Pfeffer aus der Mühle
Muskatnuss	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 120 kcal

## Zubereitung

1. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Lauch putzen, längs einschneiden, gründlich unter fließendem Wasser waschen und in feine Streifen schneiden. Ein paar Streifen zum Garnieren beiseitelegen.

---

2. Die Kartoffel schälen, fein schneiden und in einem hohen Topf im heißen Öl dünsten. Knoblauch und Lauch zugeben, mit der heißen Brühe und der Milch ablöschen und 10 Min. bei geringer Hitze garen.

---

3. Die Suppe pürieren und mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen. Mit Lauchstreifen garniert servieren.