

## Rezept

# Maronensuppe mit Sellerie

Ein Rezept von Maronensuppe mit Sellerie, am 26.04.2024

## Zutaten

<b>1</b> Möhre	<b>1</b> Zwiebel
<b>2</b> Knoblauchzehe	<b>1 Stück</b> Ingwer (ca. 1 cm)
<b>1 Stange</b> Lauch	<b>200 g</b> geschälte gegarte Maronen (vakuumverpackt, gibt es meistens in der Gemüseabteilung)
<b>2 EL</b> neutrales Öl	<b>1 l</b> Gemüsebrühe
<b>1 Stück</b> Knollensellerie (ca. 400 g)	<b>2 EL</b> vegane Margarine
<b>1 TL</b> brauner Zucker	Salz
Chiliflocken nach Geschmack	<b>1 EL</b> Zitronensaft

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 215 kcal

## Zubereitung

1. Die Möhre, die Zwiebel, den Knoblauch und den Ingwer schälen und sehr fein hacken. Lauch putzen, längs einschneiden und gründlich waschen, auch zwischen den Blattschichten. Den Lauch ebenfalls fein schneiden. Die Maronen aus der Packung nehmen und in Stücke brechen oder schneiden.
2. Das Öl in einem großen Suppentopf erhitzen. Darin Möhre, Lauch, Zwiebel, Knoblauch und Ingwer unter Rühren andünsten. Maronen dazugeben und kurz mitdünsten. Die Brühe dazugießen und zum Kochen bringen. Alles zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 15 Minuten köcheln lassen.
3. Inzwischen den Sellerie schälen und erst in knapp 1 cm dicke Scheiben, dann in ebenso breite Streifen schneiden. In einer großen Pfanne die Margarine mit dem Zucker schmelzen. Selleriestreifen dazugeben und bei mittlerer Hitze unter Rühren in ca. 5 Minuten bissfest braten. Mit Salz und Chiliflocken abschmecken.
4. Die Suppe im Topf fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Maronensuppe in Suppenteller oder -tassen füllen und mit ein paar Selleriestreifen garnieren.