

Rezept

Spargel-Curry-Suppe mit Hackbällchen

Ein Rezept von Spargel-Curry-Suppe mit Hackbällchen, am 28.06.2026

Zutaten

1 kg weißer Spargel	2 mehlig kochende Kartoffeln (200 g)
1 Zwiebel	4 EL Rapsöl
Salz	1 EL mildes Currypulver
900 ml Gemüsebrühe	250 g Schlagsahne
400 g Rinderhackfleisch	2 EL Semmelbrösel
Pfeffer	½ TL Zucker
1 EL Zitronensaft	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 600 kcal, 44 g F, 27 g EW, 20 g KH

Zubereitung

1. Spargel waschen, trocken tupfen und die Enden abschneiden. Die Spargelstangen schälen und in Stücke schneiden. Spargelköpfe beiseitelegen. Kartoffeln waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln.
2. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin andünsten. Kartoffelwürfel und Spargelstücke zugeben und kurz mitbraten. Mit Salz und Currypulver würzen. Brühe und Sahne angießen und zugedeckt ca. 20 Min. köcheln lassen.
3. Hackfleisch mit Semmelbröseln mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Teig mit angefeuchteten Händen zu Bällchen formen. 1 EL Öl in einer heißen Pfanne erhitzen und die Hackbällchen darin rundherum goldbraun braten. Übriges Öl erhitzen und die Spargelspitzen darin ca. 2 Min. bissfest dünsten. Mit Salz würzen.
4. Suppe fein pürieren und mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft abschmecken. Suppe mit Hackbällchen und Spargelspitzen anrichten.