Rezept

# Steinpilz-Kartoffelsuppe

Ein Rezept von Steinpilz-Kartoffelsuppe, am 15.01.2026

## Zutaten

- **20 g** getrocknete Steinpilze
- **1** Möhre
- **1** kleine Petersilienwurzel
- **1** kleine Stange Lauch
- **2 TL** brauner Zucker
- Salz
- frisch geriebene Muskatnuss
- **2 TL** Walnussöl
- **2** Schalotten (50 g)
- **150 g** Knollensellerie
- **500 g** mehligkochende Kartoffeln
- **2 EL** Rapsöl
- **800 ml** Gemüsebrühe
- Vanillepfeffer
- ½ TL Chili ancho oder ¼ TL Cayennepfeffer

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 180 kcal

## Zubereitung

1. Die getrockneten Steinpilze unter fließendem Wasser gut säubern. Mit ¼ l kochend heißem Wasser begießen und zugedeckt etwa 20 Min. einweichen.

2. Inzwischen die Schalotten schälen und fein würfeln. Möhre, Sellerie, Petersilienwurzel und Kartoffeln schälen, waschen und in grobe Würfel schneiden. Vom Lauch nur den weißen Teil verwenden, gründlich waschen und in Ringe schneiden. Die Steinpilze durch ein feines Sieb abgießen, ausdrücken und klein schneiden, die Flüssigkeit auffangen.

3. Die Schalotten im Öl glasig dünsten. Möhren, Sellerie und Petersilienwurzel zugeben und unter Rühren etwa 3 Min. anbraten. Mit dem Zucker bestreuen, 2 Min. weiterrösten und den Zucker dabei etwas karamellisieren lassen. Brühe, Pilze und Pilzflüssigkeit dazugießen, aufkochen und zugedeckt etwa 5 Min. köcheln lassen. Die Kartoffeln und den Lauch zugeben und etwa 20 Min. zugedeckt weiterköcheln, bis die Kartoffeln und die anderen Gemüse gar sind.

4. Das Gemüse mit dem Pürierstab fein pürieren. Je nach gewünschter Konsistenz etwas mehr Brühe zugeben. Mit Salz, Vanillepfeffer, Muskatnuss und Chili würzen.

5. Die Suppe auf Teller verteilen und auf jede Portion ein paar Tropfen Walnussöl träufeln.