

Rezept

# Vegetarische Spargelcremesuppe

Ein Rezept von Vegetarische Spargelcremesuppe, am 26.04.2024

## Zutaten

<b>500 g</b> Spargelbruch (oder 200 – Spargel- schalen und 200 g Spargel)	Salz
<b>1 Prise</b> Rohrzucker	weißer Pfeffer
<b>100 g</b> Doppelrahmfrischkäse	<b>1 EL</b> Butter (oder Walnussöl)

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 120 kcal

## Zubereitung

1. Spargel waschen und schälen. Schalen und eventuell weitere Schalen von einem anderen Spargelgericht mit 750 ml Wasser, Salz, Pfeffer und Zucker aufkochen und zugedeckt ca. 30 Min. köcheln lassen.

---

2. Sud abgießen und auffangen. Butter zerlassen, Spargel darin ca. 2 Min. dünsten. Spargelsud angießen, aufkochen und den Spargel in ca. 12 Min. garen. Spargel mit Sud fein pürieren. Püree mit Frischkäse verrühren und erhitzen. Suppe salzen und pfeffern.