

Süßkartoffelcremesuppe mit Walnüssen (4 Pers)

Zutaten	Zubereitung
1 kleine Lauch Stange	putzen, waschen, in dicke Ringe schneiden,
3 Schalotten	schälen, würfeln,
1 (100g) Petersilienwurzel	waschen, schälen, würfeln,
500 g Süßkartoffeln	
300 g Kartoffeln mehlig	
2 EL Öl	in großen Topf geben, erhitzen, Schalotten glasig dünsten, Gemüse und Kartoffeln zugeben, andünsten,
1,5 l Gemüsebrühe	zugeben, ablöschen,
3 Zweige Thymian	waschen, trocken schütteln zugeben,
Salz, Pfeffer	würzen, Suppe bei mittlerer Hitze 20 Min kochen,
50 g Walnüsse	grob hacken, in eine Pfanne geben,
1 EL Zucker	zugeben,
2 EL Wasser	zugeben, alles goldbraun karamellisieren, auf einem Backpapier verteilen und auskühlen lassen,
	wenn Kartoffeln und Gemüse weich sind, Thymianzweige entfernen, Suppe fein pürieren,
1/2 Bund Schnittlauch	waschen, trocken schütteln, in kleine Röllchen schneiden,
150 g Saure Sahne	zugeben, verrühren,
100 ml Milch	
Salz, Pfeffer, Muskat	würzen, abschmecken, Suppe mit karamellisierten Walnüssen in tiefen Tellern oder Suppentassen anrichten und mit Schnittlauch garnieren

Selleriecremesuppe (4 Pers)

Zutaten	Zubereitung
500 g Sellerie	waschen, schälen, in kleine Würfel schneiden,
1 kleine Zwiebel	schälen, kurz abspülen, fein würfeln,
1 EL Öl	in einem Suppentopf erhitzen, Zwiebel andünsten, Selleriewürfel zugeben,
1 Kartoffel	waschen, schälen, würfeln, zugeben,
1000 ml Gemüsebrühe	
200 ml Milch	das Gemüse mit der Flüssigkeit ablöschen, gut rühren,
1 TL Salz	zugeben,
je 1 Prise Pfeffer, Koriander	zugeben, Suppe ca. 25 Min. garen, pürieren,
2 EL Petersilie	fein hacken, zur Suppe geben.

Tipp: Statt Sellerie kann man auch Lauch, Karotte, Pastinake, Brokkoli, Petersilienwurzel, Endivie, Spinat oder Rote Bete verwenden. Heiß abgefüllt in gut ausgespülte Gläser mit Twist off Deckel hält sich die Suppe ein paar Tage im Kühlschrank.