



Der Ernährungs- Kompass

Gesund & lecker
für Entdecker

Kartoffelsuppe

Zutaten (für 4 Personen)

50 g Schalotten
30 g Butter
200 g Kartoffeln
500 ml Gemüsebrühe
300 ml Milch
50 g saure Sahne
Salz
Muskat
Öl



Zubereitung

1. Schalotten schälen, klein schneiden und in Butter anbraten.
2. 100 g Kartoffeln schälen, würfeln und mit in den Topf geben. Mit der Gemüsebrühe auffüllen. So lange kochen, bis die Kartoffeln gar sind.
3. Anschließend Milch und saure Sahne hinzufügen und mit dem Pürierstab fein pürieren. Mit Salz und Muskat abschmecken.
4. Die restlichen Kartoffeln für die Einlage putzen und in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne mit Öl goldgelb backen. Auf einem Küchentuch abtropfen lassen und mit Salz würzen.
5. Die Suppe in tiefe Teller füllen und gleich servieren.

Arbeitszeit: ca. 20 Min.