

Schnelle Gemüsesuppe

Zutaten für 2 Personen:

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
250g Champions (ersatzweise z.B. Broccoli, Lauch, Tomaten)
400ml Gemüsebrühe (ersatzweise 1-2 Tl Instant)
1 Tl saure Sahne
1 El gehackte Petersilie

Zubereitung:

Gemüse würfeln
Zwiebel und Knoblauch fettfrei anbraten
Pilze und Brühe zufügen
Suppe garen lassen und zum Teil oder ganz pürieren
Mit Sahne und Petersilie verfeinern

© A.W. 2015

www.maison-creativ.de