

Gemüsesuppe mit Salbei

Suppen » Kartoffel-Suppen

Zutaten (4 Personen)

- » 200g Möhre(n)
- » 1 Bd. Lauchzwiebel(n)
- » 1 rote Paprika
- » 400g Kartoffel(n)
- » 1 Knoblauchzehe(n)
- » 1EL Olivenöl
- » 6 Salbeiblatt (-blätter)
- » 300ml Instant-Gemüse-Brühe
- » 1TL Rosmarin
- » Salz & Pfeffer
- » 200ml Tomatensaft

Bewertung



Beschaffung

in jedem Discounter



Kosten

6-10€



Zubereitungszeit

61-90min

Zubereitung

Vorbereitung:

- Möhren schälen und würfeln
- Lauchzwiebeln in Ringe schneiden
- Paprika putzen und würfeln
- Kartoffeln schälen und würfeln
- Knoblauch fein hacken
- Salbei und Rosmarin waschen und hacken

Fertigstellung:

- Knoblauch in Öl braten
- Gemüse und Kartoffeln dazugeben, andünsten
- Salbeiblätter und Rosmarin dazugeben
- Gemüsebrühe angießen
- 10min köcheln lassen
- Tomatensaft zugeben, erhitzen
- mit Salz und Pfeffer abschmecken

Nährwerte: 130kcal/E4g/F4g/KH20g pro Portion

angelegt am: 04.09.2002

Rezept-Nr: 24

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke