



Zucchinicremesuppe

Zutaten:

1 Zwiebel
2 EL Olivenöl
500 g Zucchini
200 ml Sahne
50 ml Milch
250 ml Gemüsebrühe
1 TL Salz
Pfeffer aus der Mühle
Muskatnuss
1 Messerspitze Zitronenabrieb
1 Spritzer Zitronensaft

Zubereitung:

Zwiebel klein schneiden und in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Zucchini in kleine Würfel schneiden und mit Sahne, Milch und Gemüsebrühe zugeben. Alles 20 Min. köcheln lassen und anschließend mit einem Mixstab fein pürieren. Mit Gewürzen und Zitrone abschmecken.

Zubereitung mit dem Thermomix:

Zwiebel 3 Sek. / Stufe 5 zerkleinern, Olivenöl zugeben 3 Min. / Varoma Stufe 1 anschwitzen. Zucchini in grobe Würfel zugeben, 3 Sek. / Stufe 5 zerkleinern. Sahne, Milch und Gemüsebrühe zugeben und 20 Min. / 90°C / Stufe 2 kochen. Nach Ablauf der Garzeit stufenweise für 30 Sek. Fein pürieren. Mit Gewürzen und Zitrone abschmecken.

Tipp:

Serviere die Suppe gerne mit Brotwürfel und kleinen Zucchiniwürfeln, die kurz separat bei starker Hitze in der Pfanne angebraten werden.



Guten Appetit und gutes Gelingen wünscht LelaLecker eure Küchenfee aus Hohenlohe!

www.lalalecker.de