

Petersiliensuppe

Zutaten:

½ kg Petersilienwurzel

½ l Gemüsebrühe

½ Magertopfen

1 TL Curry

1 Msp. Muskatnuss

Salz

Pfeffer

Leicht angebratene Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne oder Leinsamen zum Verzieren

Zubereitung:

Die Petersilienwurzel in kleinere Stücke schneiden und in Gemüsebrühe (oder leicht gesalzenem Wasser) ca. 15 Minuten lang kochen – bis die Petersilie weich ist. Anschließend mit einem Handmixer zu einer glatten Creme verarbeiten. Danach Topfen, Gewürze, Salz und Pfeffer einrühren und nochmals kurz aufkochen lassen, damit sich die Aromen optimal verbinden. Auf dem Teller mit Sonnenblumenkernen, Kürbiskernen oder Leinsamen verzieren.