

Reste

Rezept

Gemüsecremesuppe/ Gemüseschaumsuppe



von Martha Caballero

Zutaten

**Für diese Suppe eignen sich
Gemüsereste aller Art:**

Rohes Gemüse:

Gurken-, Paprika- und andere
Gemüsesticks vom
Vorabend/Jause
Fast Vergessenes aus dem
Gemüsefach des
Kühlschranks

Gekochtes Gemüse:

Reste der Beilagen wie
Blumenkohl, Brokkoli,
Kohlrabi,
Gemüsemischungen,
Zucchini, Kürbis, ect.

Grundrezept

Zutaten:

Zwiebel und Knoblauch
Olivenöl oder Butterschmalz
Gemüsebrühe
Frischkäse
Gemüsereste, roh -
geschnitten oder gekocht

Zubereitung

Kleingeschnittene Zwiebel und Knoblauch im Fett
anschwitzen.

Gemüsereste dazugeben und kurz mitrösten, mit
Gemüsebrühe aufgießen.

Frischkäse dazugeben (ca. 100g auf ½ l Brühe) und
mutig (mit Kräutern und/oder Pfeffer/Chili) würzen.

Kochen, bis das Gemüse recht weich ist, anschließend
pürieren (oft entsteht schöner Schaum)

Dazu passt: Adeliges Brot (von gestern) getoastet oder
als Croutons

Offener

Kühlschrank