

Brokkoli-Kartoffel-Cremesuppe

Diese Suppe ist nicht hübsch, ich gebe es zu, aber sie ist ausgesprochen lecker!!! Und sie ist ausgesprochen gesund. Um sie hübscher zu machen kann man noch Crouton drauf streuen oder frische Kräuter. Aber vielleicht bist du ja wie ich und dir ist egal wie das Essen aussieht. Oder du magst, ebenso wie ich, matschiges Essen einfach gerne. Dann kannst du sie so lassen, wie sie ist.



Zutaten:

1 kleine Zwiebel, klein geschnitten
1 Stange Sellerie, klein geschnitten
2 Knoblauchzehen, klein geschnitten
500 ml Pflanzenmilch
1 Kopf Brokkoli, klein geschnitten
210 g weiße Bohnen
4 mittelgroße Kartoffeln, klein geschnitten
1 EL Gemüsebrühe
½ TL Dill
¼ TL Smoked Paprika
Salz und Pfeffer nach Geschmack

1. Alle Zutaten, mit Ausnahme einer Hälfte des Brokkoli, sowie Salz und Pfeffer zum Abschmecken, in einen Topf geben. Wenn das Gemüse

nicht komplett mit Pflanzenmilch bedeckt ist, noch etwas Wasser hinzugeben, bis es bedeckt ist.

2. Aufkochen lassen und dann bei mittlerer ca. 20. Minute köcheln lassen.
3. Das Ganze mit dem Stabmixer pürieren, den restlichen Brokkoli zugeben und weitere 5-10 Minuten köcheln lassen.
4. Mit Salz und Pfeffer abschmecken

Ergibt 3 Portionen