

Unser Lieblingsrezept: gluten- & laktosefreies Kohlrabi-Süppchen

Rezept für 4 Personen

300 g Kohlrabi 4 junge Knollen
40 g geschälte Kartoffeln
30 g Knollensellerie
40 g Frühlingslauch
20 g Schalotten, gewürfelt
20 g Olivenöl
500 ml Gemüsebrühe
Gewürze: Salz, Pfeffer und Muskatnuss

Zubereitung

1. Den Kohlrabi, die Kartoffeln, den Sellerie und den Lauch waschen und schälen. In Würfel schneiden und mit den gewürfelten Schalotten in Olivenöl andünsten.
2. Mit der Gemüsebrühe auffüllen und gar köcheln lassen.
3. Wenn das Gemüse gar ist, mit dem Mixstab pürieren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.
4. Als Garnitur die jungen Kohlrabiblätter in feine Streifen schneiden, oben auf die Suppe drapieren und genießen.

Wir wünschen guten Appetit!

