



## REZEPT DER WOCHE

# Pastinakensuppe

### Zutaten

3-6 Pastinaken  
1 kg Kartoffeln  
1 Handvoll Möhren  
1 Stange Porree  
ggf. 2-3 Mairübchen  
1 große Zwiebeln  
3 Knoblauchzehen  
1 l Gemüsebrühe  
1 Becher Crème fraiche  
1-2 EL getrocknete oder frische Kräuter (z.B. Kräuter der Provence/ italienische Kräuter)  
1 Schuss Weißweinessig  
Öl  
Pfeffer, Salz  
Muskat  
Paprikapulver (n.B. edelsüß/ scharf)

### Zubereitung

Die Pastinaken, Möhren und Karotten (und ggf. Mairübchen) in Würfel und den Lauch in Halbringe schneiden. In einem Topf in reichlich Öl erst die Gemüswürfel einige Minuten anbraten. Dann den Lauch hinzugeben und ebenfalls mit anschwitzen.

Die Zwiebel würfeln und den Knoblauch fein hacken. Beides in den Topf dazugeben und ebenfalls anbraten.

Das Gemüse mit Gemüsebrühe ablöschen und mit Pfeffer, Muskat, Paprikapulver, Kräutern und einem Schuss Weißweinessig würzen. Alles zusammen bei geschlossenem Deckel köcheln lassen. Gelegentlich umrühren und bei Bedarf noch etwas Flüssigkeit nachgießen.

Wenn das Gemüse gar ist, den Topf vom Herd nehmen. Die Crème fraiche hinzugeben und verrühren. Mit einem Stabmixer alles schön cremig pürieren und ggf. nochmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Suppe mit Toppings nach Wahl garnieren (z.B. geröstete Kerne oder Brotwürfel, Sprossen, Kürbiskernöl...) und genießen.

Guten Appetit!