

Kartoffelsuppe mit Lachs



Zutaten (für 4 Portionen)

Für die Suppe

- 1 Bund Suppengrün (Karotte, Lauch, Sellerie)
- 1 Zwiebel
- 500 g Kartoffeln
- 1 EL Butter
- 750 ml Gemüsebrühe
- 200 ml Sahne
- Salz und Pfeffer

Außerdem

- 250 g Lachsfilet
- etwas Dill

Nährwerte

Pro 100 Gramm

- 91 kcal
- 4 g Eiweiß
- 6 g Fett
- 6 g Kohlenhydrate

**Zeitaufwand: 20 Minuten
zzgl. 25 Minuten Kochzeit**

Zubereitung

1. Suppengrün waschen und putzen. Die Zwiebel schälen. Sellerie, Karotte und Kartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Zwiebel fein würfeln.
2. Die Butter in einem großen Topf zerlassen und die Zwiebelwürfel andünsten. Das Gemüse zugeben und kurz mit andünsten. Die Gemüsebrühe angießen und alles zugedeckt für ca. 20 Minuten köcheln lassen.
3. Den Lachs abspülen, trocken tupfen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden.
4. $\frac{3}{4}$ der Sahne zum Gemüse geben und alles mit dem Pürierstab fein pürieren. Den Lachs zur Suppe geben und ca. 5–8 Minuten gar ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Die Suppe in Tellern anrichten, die restliche Sahne leicht anschlagen und darauf verteilen. Mit Dill garnieren.



REISER RÄT

Statt Dill können Sie auch Basilikum verwenden.

