

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Rucola-Spinatcremesuppe

Köchin: Viktoria Stranzinger

Zutaten

(4 Personen)

Für die Suppe

- 80 g Zwiebeln
- 90 g Sellerie
- 2 EL Rapsöl zum Anbraten
- 1,5 L Wasser (oder Gemüsefond)
- 100 g Spinat
- 80 g Rucola
- 100 ml Sahne
- Salz
- Pfeffer
- 1 Knoblauchzehe

Für die Garnitur

- frischer Rucola

Zubereitung

- 1.** Für die Suppe zuerst die Zwiebeln und den Sellerie klein würfelig schneiden. Anschließend beides in Rapsöl anschwitzen, salzen und mit Wasser oder Gemüfefond aufgießen.
- 2.** Nun die Suppe etwa 20 Minuten köcheln lassen, bis der Sellerie weich ist. Dann den Spinat und den Rucola begeben, mit einem Pürierstab oder in der Küchenmaschine durchmischen und mit der Sahne aufgießen.
- 3.** Zum Schluss je nach Bedarf mit Salz, Pfeffer und feingeschnittenem Knoblauch abschmecken und in einer Suppenschüssel anrichten. Mit etwas frischem Rucola garnieren und servieren.