

Vegane Kartoffel- suppe



TIPP

Zusätzlich kann die Einlage noch um gebratene Würfel aus Räuchertofu erweitert werden.

ZUTATEN für 4 Portionen:

250 g Kartoffeln (mehlig kochend),
1 Karotte, 1 Zwiebel, ½ Stange
Lauch, 800 ml Gemüsebrühe,
250 ml Hafer-Drink,
2 Lorbeerblätter, 1 EL Olivenöl,
1 TL Thymian, 1 TL gemahlener
Kümmel, 1 Prise Muskat, Salz,
frisch gemahlener Pfeffer

Für das Topping:

2 Brötchen vom Vortag,
2 EL Margarine,
½ Bund Schnittlauch

ZUBEREITUNG:

1. Kartoffeln sowie Zwiebel schälen und zusammen mit Lauch und Karotte in grobe Stücke schneiden.
2. Das Gemüse in Olivenöl anschwitzen und mit Gemüsebrühe ablöschen. Lorbeerblätter, Salz, Pfeffer, Thymian und Kümmel dazugeben.
3. Anschließend für 30 Minuten abgedeckt bei kleiner Flamme köcheln lassen.

4. In der Zwischenzeit die Brötchen vom Vortag klein würfeln und in Margarine goldbraun rösten – den Schnittlauch nebenbei fein hacken.

5. Die Lorbeerblätter aus der Suppe entfernen und alles zusammen mit dem Hafer-Drink cremig pürieren.

6. Mit Muskat abschmecken und zusammen mit Brotwürfeln und Schnittlauch servieren.