

Spargelsuppe

Zutaten

Zubereiten: ca. 40 Minuten

Für 4 Personen

Suppe:

1 Schalotte, fein gehackt

Butter zum Dämpfen

500 g weisse Spargeln, geschält, in Stücke geschnitten

4 EL Milchreis, z.B. Camolino

ca. 1 l Gemüsebouillon

1 dl Rahm

Salz, Pfeffer

Garnitur:

2 Scheiben Zopf, gewürfelt

Butter zum Rösten

2 Pouletbrüstchen, ca. 300g

½ Zitrone, abgeriebene Schale und 1 TL Saft

Salz, Pfeffer

2-3 grüne Spargeln, in Scheibchen geschnitten

Bratbutter oder Bratcrème

2 EL Kerbel, gehackt

einige Kerbelzweige zum Garnieren



Zubereitung

1. Suppe: Schalotte in der Butter andämpfen. Spargeln mitdämpfen. Reis beifügen, mit der Bouillon ablöschen, zugedeckt weichkochen. Alles fein pürieren, nach Belieben durch ein Sieb streichen. Rahm beifügen, mit Bouillon zur gewünschten Konsistenz verdünnen, aufkochen, würzen.
2. Garnitur: Zopfwürfel in der Butter rösten, herausnehmen. Poulet mit Zitronenschale, -saft, Salz und Pfeffer würzen. In der heissen Bratbutter 8-10 Minuten braten, zugedeckt warm stellen. Grüne Spargeln in der restlichen Bratbutter kurz braten, würzen.
3. Gehackten Kerbel unter die Suppe mischen, in vorgewärmten Schalen verteilen. Poulet in feine Scheiben schneiden, mit den grünen Spargeln in die Suppe legen, mit Croûtons und Kerbel garnieren.

Dazu passen knuspriges Brot oder Zopf und Käse.

Nährwerte

Eine Portion enthält: 359 kcal, 24g Eiweiss, 21g Fett, 20g Kohlenhydrate.



Schweiz. Natürlich.



Weitere 5000 Rezepte finden Sie auf www.swissmilk.ch/rezepte

2 / 2