

Einfache Kartoffelsuppe



stillfreundlich

Ich zeige dir, wie du eine einfache Kartoffelsuppe mit Suppengrün zubereiten kannst, die du wahlweise vegetarisch oder mit Würstchen servieren kannst.

Es gibt fast nichts, dass gleichzeitig so einfach zu kochen und gesund zu genießen ist, wie eine einfache Kartoffelsuppe, die beliebt bei Kindern wie Erwachsenen ist. Auch als Familienkost für das Baby eignet sie sich sehr gut.

Kartoffeln sind wahre Sattmacher und sorgen in Verbindung mit Suppengemüse für einen großen Topf voll wichtiger wertvoller Nährstoffe. Da die Suppe püriert wird, ist am Ende vom enthaltenen Gemüse nicht mehr viel sichtbar und kleine Nörgler haben keinen Grund zum Mäkeln ;-)

- 500 g Kartoffeln (am besten mehligkochend)
- Frisches Suppengemüse (Möhren, Lauch, Sellerie o.ä.)
- optional 1 Packung Schinkenwürfel
- optional 1 halber Becher Creme Fraiche
- etwas Olivenöl
- 3 EL [Gemüsebrühe](#)
- 2 TL Salz
- 2 Lorbeerblätter

So wird die Kartoffelsuppe zubereitet:

1. Putze zuerst das Suppengemüse und schäle die Kartoffeln und die Zwiebel oder den Lauch. Würfle alles fein.
2. Nun brätst du in einem großen Topf deine Zwiebel oder den Lauch in etwas Olivenöl glasig an. Wenn du möchtest, kannst du an dieser Stelle auch Schinkenwürfel oder

Speck mitbraten.

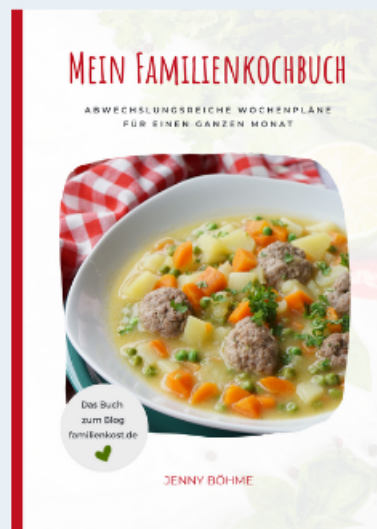
3. Anschließend gibst du das Suppengemüse und die Kartoffeln hinzu und gießt soviel Wasser auf, dass alles gut bedeckt ist. Gib die beiden Lorbeerblätter, das Salz und die Gemüsebrühe hinzu und lass alles ca. 15 min köcheln.
4. Wenn die Kartoffeln weich sind, entfernst du die Lorbeerblätter wieder und pürierst alles zu einer feinen sämigen Kartoffelsuppe.
5. Zum Schluss kannst du noch die Creme Fraiche unterziehen und die Suppe nach Belieben abschmecken.

Wir essen die Kartoffelsuppe sehr gern mit Würstchenscheiben, die ich nach der Kochzeit in die Suppe gebe und darin kurz erwärme. Sie ist aber auch vegetarisch ein großer Genuss. Perfekt wird sie durch die Zugabe von getrockneten Kräutern wie Oregano oder Majoran. Als frische Variante passen Liebstöckel oder glatte Petersilie wunderbar dazu.

Unsere Empfehlung für Dich:

MAMA, WAS GIBT'S ZU ESSEN?

- ♥ Abwechslungsreiche Wochenpläne für einen ganzen Monat
- ♥ 40 einfache Familienrezepte
- ♥ ideale Familienkost für kleine und große Kinder
- ♥ moderne Hausmannskost
- ♥ viele vegetarische Ideen, aber auch Rezepte mit Fleisch, Fisch und zum Backen
- ♥ schnell und einfach zubereitet



» ZUM SHOP

erhältlich unter

<https://www.familienkost.de/shop>

Du liebst Suppen? Dann schau dir gleich mal meine große [Rezeptsammlung für Suppen und Eintöpfe](#) an.