

## Grüne Spargelsuppe

### Zutaten für 3 Portionen:

- 600 g grüner Spargel
- 1 Zwiebel
- 20 g Butter
- 500 ml [Gemüsebrühe](#)
- 100 g Creme Fraiche (Creme Legere als kalorienarme Alternative)
- Salz
- Pfeffer



### Für die Spargelspitzen als Topping:

- 1 EL Butter

**Arbeitszeit:** ca. 10 Minuten

**Kochzeit/Backzeit:** ca. 25 Minuten

**Gesamtzeit aktiv:** ca. 35 Minuten

### Zubereitung - grüne Spargelsuppe kochen:

1. Wasche den Spargel, schneide die holzigen Enden ab. Schneide den Spargel in 5 cm lange Stücke.
2. Lege die Hälfte der Spargelspitzen beiseite.
3. Schäle die Zwiebel und schneide sie in kleine Würfel. Brate die Zwiebelwürfel in Butter an. Gib die Spargelstücke dazu und dünste den Spargel für 5 Minuten mit an.
4. Lösche den Spargel mit der Gemüsebrühe ab. Lass ihn 10 Minuten köcheln.
5. Rühre die Creme fraiche unter. Püriere die Suppe. Schmecke sie mit Salz und Pfeffer ab.
6. Brate die Spargelspitzen in Kräuterbutter an und würze sie mit etwas Salz. Serviere die Suppe mit den angebratenen grünen Spargelspitzen.

Du kannst die grüne Spargelsuppe gut vorbereiten und problemlos erwärmen. Auch das Einfrieren ist möglich.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

