

Vegetarische Lauchcremesuppe



vegetarisch

kleinkindtauglich

diabetistauglich

Zutaten für 6 Portionen:

- 400 g Kartoffeln (mehligkochend)
- 1 EL Butter
- 1 Zwiebel
- 500 g Lauch
- 2 Liter Gemüsebrühe
- 1 Becher Creme fraiche
- Salz
- Pfeffer

Arbeitszeit: ca. 10 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 25 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 35 Minuten

So kochst du die Lauchcremesuppe

1. Schäle die Zwiebeln und die Kartoffeln und schneide sie in Würfel.
2. Erhitze die Butter in einem Topf und brate darin die Zwiebeln und die Kartoffeln leicht an. Lösche das Ganze mit Gemüsebrühe ab.
3. Wasche den Lauch und schneide ihn in Ringe.
4. Füge den Lauch zur Gemüsebrühe hinzu und lass alles für 15 Minuten kochen.
5. Rühre Creme fraiche unter und püriere die Suppe cremig.
6. Schmecke die Suppe mit Pfeffer und Salz ab.

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

