

Spargelsuppe aus Schalen



Zutaten für 4 Portionen:

- 1 kg Spargel
- 2 EL Butter
- 4 EL Weizenmehl
- 1 EL Zucker
- 1 EL Zitronensaft
- 1 TL Salz
- 1 TL Salz
- 2 EL Petersilie (frisch, gehackt)
- Muskat
- Pfeffer

optional

- 1 Ei (nur das gelb)
- 100 ml Sahne

Arbeitszeit: ca. 10 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 20 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 30 Minuten

Zubereitung:

1. Gib die Spargelschalen und Endstücke in ein Sieb und wasche sie gut.

2. Gib sie in einen Topf und bedecke sie mit Wasser. Füge das Salz und den Zucker hinzu und koche sie für 15 Minuten bei geschlossenem Deckel. Nicht länger, sonst wird der Sud zu bitter!
3. Gieße die Spargelschalen ab und fange den Spargelsud auf.
4. Schmelze die Butter in einem Topf und rühre das Mehl ein. Gieße dann schlückchenweise das Spargelwasser an und rühre dabei gut um.
5. Schmecke die Spargelsuppe mit Muskat, Pfeffer, Zitronensaft und Salz ab. Nimm sie vom Kochfeld.
6. Verrühre die Sahne mit dem Eigelb und rühre sie unter die Spargelcremesuppe. Möchtest du eine klare Spargelsuppe, so lässt du diesen Schritt weg und servierst die Spargelsuppe ohne Sahne und ohne Ei.
7. Garniere die Spargelsuppe mit frisch gehackter Petersilie.

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

