

Waldpilzsuppe mit Sahne



vegetarisch

kleinkindtauglich

diabetistauglich

Einfaches Rezept für eine köstliche Waldpilzsuppe mit Sahne, etwas Möhren und Kartoffeln – wie immer als Familienkost ohne Wein

Es ist Ende September und wir waren am Wochenende mit Oma und Opa und den Kindern in den Pilzen. Dabei waren wir so erfolgreich, dass wir neben einer köstlichen [Pilzpfanne](#) noch genug Pilze für ein leckeres Süppchen übrig hatten. In unserem Korb landeten dieses Mal viele Maronen, einige Steinpilze und zwei tolle Krause Glucken. Für eure selbstgemachte Waldpilzsuppe könnt ihr aber auch jede andere Sorte Pilz verwenden – je nachdem, was in eurem Wald zu finden ist. Selbstverständlich gelingt das Rezept aber auch mit Pilzen aus der Tiefkühltruhe oder aus dem Glas.

Die Waldpilzsuppe ist eine köstliche wärmende Mahlzeit, die nicht nur nach dem Pilze-Suchen im Herbst, sondern auch im Menü zu Weihnachten richtig gern gegessen wird.

• Für 4 Portionen benötigst du

- 300-500 g Waldpilze, vorzugsweise frisch, gefrostet gehen auch
- ca. 250g Kartoffeln
- 1-2 Möhren
- 2 Lauchzwiebeln (normale gehen auch, geben aber nicht so eine schöne Farbe)
- etwas Butter
- 1 Liter Gemüsebrühe (Tipp: [selbstgemachte Gemüsepaste](#))
- 200 ml Sahne
- Salz
- frische Petersilie, am beste glatte

So wird die Waldpilz-Suppe zubereitet:

1. Schäle deine Möhren und schneide sie in dünne Stifte.
2. Auch die Kartoffeln und Zwiebeln werden geschält und in Würfel geschnitten.
3. Nun dünstet du die Möhren, Kartoffeln und Zwiebeln glasig in Butter an.
4. Gieße die Brühe auf und gib die gesäuberten Pilze dazu. Nun lässt du die Suppe aufkochen und dann für etwa 20-25 Minuten auf kleiner Stufe köcheln.
5. Gib anschließend die Sahne dazu und schmecke die Suppe mit Salz ab.
6. Vor dem Servieren gibst du noch die Petersilie zu und dekorierst die Waldpilzsuppe mit einigen Blättern.

Perfekt ist das Süppchen mit gemahlenem Pfeffer, den wir aber wegen der Kinder erst portionsweise am Tisch zugeben.

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>

Pilze suchen wurde uns übrigens schon in die Wiege gelegt, denn von Klein auf gingen wir mit unserem Omas, Opas und Eltern im Herbst in den Wald und haben gelernt, Speisepilze von giftigen Pilzen zu unterscheiden. Solltest du dir beim Selbersuchen nicht so sicher sein, so empfehle ich dir vorher den Besuch eines Pilzseminars. Auch ein Blick in diesen [Pilzfürer des NABU*](#) lohnt sich.