

Zwiebelsuppe



vegetarisch

Zwiebelsuppe – einfaches und leckeres Rezept für eine selbstgekochte Zwiebelsuppe ohne Wein

Eine Zwiebelsuppe ist ein deftiges Gericht, das schnell, preiswert und einfach zu kochen ist. Wie du sie ganz einfach ohne Tüte selber kochen kannst, zeige ich dir in diesem Rezept. Und da es sich bei uns um Familienkost handelt und in der Regel auch Kinder mitessen, wird meine Zwiebelsuppe ohne Wein zubereitet, der in vielen anderen Rezepten nicht fehlen darf.

Ein Highlight der Suppe ist der Käse, mit dem sie am Ende portionsweise überbacken wird. Du hast dabei die volle Auswahl und kannst angefangen bei einem milden Edamer bis hin zu einem würzigen Bergkäse jede Käsesorte verwenden.

Kinder sind ja eigentlich nie so wirklich große Fans von Zwiebeln, aber diese Suppe mögen 2 von 3 Kids bei uns richtig gern. Und wir Erwachsenen könnten sie fast täglich essen, so lecker ist sie ;-)

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 kg Zwiebeln
- 1,5 l Gemüsebrühe
- 100 ml Apfelsaft
- etwas geriebener Käse zum Überbacken
- etwas Ghee oder Butterschmalz

Arbeitszeit:

ca. 10 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 10 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 20 Minuten

Zwiebelsuppe selber machen – so gehts:

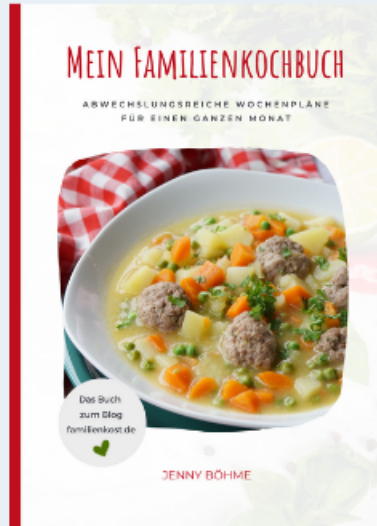
1. Zuerst schälst du die Zwiebeln und schneidest sie in feine Ringe.
2. Zerlasse das Ghee oder Butterschmalz in einem Topf und gib dann die Zwiebeln dazu. Nun schmurgelst du sie bei mittlerer Hitze an, bis sie alle schön glasig sind. Dadurch verlieren die Zwiebeln ihr Schärfe und erhalten ein mildes süßes Aroma.
3. Bestreue die Zwiebeln anschließend mit etwas Mehl, rühre ordentlich um und gib die Brühe und den Apfelsaft dazu.
4. Jetzt lässt du die Zwiebelsuppe nochmal für etwa 5 Minuten köcheln und dann ist sie schon fast fertig.
5. Zum krönenden Abschluss wird sie nun in feuerfeste Schüsselchen oder [Suppentassen*](#) gegeben und mit Käse bestreut - dann geht es bei ca. 200°C Ober- und Unterhitze in den vorgeheizten Backofen bis der Käse zerlaufen ist. Wer möchte, gibt unter den Käse noch eine Scheibe getoastetes Brot.

Lasst euch die Suppe schmecken. Sie lässt sich übrigens auch wunderbar vorbereiten und wird dann kurz vor dem Verzehr erwärmt und überbacken.

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>