

KARTOFFEL-LAUCH-CREMESUPPE (EINFACH)

Posted on 22. Januar 2017





Heute habe ich für euch mal wieder ein leckeres Suppenrezept: Kartoffel-Lauch-Cremesuppe. Suppen sind doch in der kalten Jahreszeit besonders lecker, findet ihr nicht? So kann schnell und einfach ein leckeres, wärmendes Gericht auf den Tisch gezaubert werden, in dem auch viel Gemüse steckt. Mit dieser Kartoffel-Lauch-Cremesuppe essen bei uns auch diejenigen das gesunde Lauch mit, die es sonst verschmähen.

Natürlich schmeckt diese Suppe auch einfach pur köstlich, also ohne Garnelen und Croutons. Beliebt ist diese Kartoffel-Lauch-Cremesuppe bei uns auch mit gebratenem Speck, den ich dann in einer Pfanne anbraten und zum servieren über die Suppe streue. Vielleicht habt ihr noch andere leckere Ideen, womit diese Kartoffel-Lauch-Cremesuppe serviert werden kann... mehr leckere Rezepte für wärmende Suppen findet ihr [hier](#).



Zutaten:

(4 Portionen)

- 600g geschälte Kartoffeln, mehlig kochend
- 300g Lauch, geputzt
- 600ml Gemüsebrühe
- 100ml Weißwein (ersatzweise: Gemüsebrühe)
- 200g Sahne **oder** 100g Sahne und 100g Milch
- ca. 2 TL Salz (Bitte unbedingt vorher abschmecken, je nach dem wie kräftig die Brühe ist.)
- Pfeffer
- geriebene Muskatnuss
- optional: 2 Scheiben Toastbrot + etwas Butter zum anrösten
- optional: etwa 300g Garnelen, dann evtl. zusätzlich

- 2 TL Öl,
- frischen Knoblauch (gehackt oder gepresst),
- evtl. Chili,

- Pfeffer aus der Mühle

Gebratener Speck passt zu dieser Suppe auch hervorragend statt Toast und Garnelen.

Zubereitung:

- Das Lauch in Scheiben geschnitten sowie die Kartoffeln in Stücken zusammen mit der Gemüsebrühe in einem Kochtopf zu kochen bringen und etwa 15 Minuten (je nach Größe von Kartoffel und Lauch) gar köcheln lassen.
- Optional in dieser Zeit den Toast in Würfel schneiden und in der zerlassenen Butter in einer Pfanne anrösten.
- Ebenso können nach Wunsch während der Kochzeit die Garnelen zusammen mit den Gewürzen angebraten werden.
- Anschließend die Sahne, evtl. Salz sowie Muskatnuss und Pfeffer hinzufügen und mit einem Pürierstab oder einem leistungsstarken Mixer pürieren.
- Nochmal abschmecken und entweder pur oder mit den gerösteten Toastwürfeln und/oder Garnelen servieren.



Zubereitung mit Thermomix:

- Das Lauch in dicken Scheiben sowie die Kartoffeln in Stücken in den Mixtopf geben und für 5 Sek./Stufe 5 zerkleinern.
- Gemüsebrühe, Weißwein und Sahne dazugeben und 20 Min./100°C /Stufe 2 köcheln lassen.
- Sollte die Suppe anfangen über zu kochen, die Temperatur auf 95°C reduzieren.
- Optional in dieser Zeit den Toast in Würfel schneiden und in der zerlassenen Butter in einer Pfanne anrösten.
- Ebenso können nach Wunsch während der Kochzeit die Garnelen zusammen mit den Gewürzen angebraten werden.
- Etwas Muskat und Pfeffer hinzufügen und für 40 Sek./ Stufe 6-10 ansteigend pürieren.
- Nochmal abschmecken und entweder pur oder mit den gerösteten Toastwürfeln und/oder Garnelen servieren.





♥ Viel Spaß beim nachkochen! ♥