



Samtig weiß & würzig grün: Kohlrabicremesuppe mit Bärlauchpesto

⌚ Preparation time: 25 minutes
Cooking time: 0 minutes
Total time: 25 minutes

👤 Portions: 4

Zutaten für 4 Portionen

Für das Crèmesüppchen:

- 2-3 EL Olivenöl zum Anbraten
- 500 g Kohlrabiknolle
- 100 g Zwiebeln
- 1 Stange Lauch | nur den hellen Teil verwenden
- 1 EL Agavendicksaft
- 1 Schuss Weißwein (oder 50 ml mehr Gemüsebrühe verwenden)
- 80-100 ml Soja Cuisine
- 0,5 - 0,75 Liter Gemüsebrühe
- Saft einer halben Zitrone
- Weißer Pfeffer, Salz
- Etwas frisch geriebene Muskatnuss
- Frische Brunnenkresse oder Rettichsprossen zum Garnieren

Zutaten und Zubereitung des Bärlauchpestos sind hier zu finden: [Rezept Bärlauchpesto](#)

Zubereitung (ca. 25-30 Minuten)

1. Kohlrabiknollen entrinden und in kleine Stücke schneiden. Zwiebel klein und den hellen Teil eines Lauchs in feine Ringe schneiden.
2. Pflanzenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelstücke darin glasig dünsten. Kohlrabi und Lauch hinzugeben und anbraten. Nach etwa 3 Minuten Agavendicksaft dazugeben und die Zutaten kurz karamellisieren lassen. Zutaten mit einem Schuss Weißwein ablöschen (optional).
3. 0,5 Liter Gemüsebrühe hinzufügen. Zutaten in der Brühe aufkochen und anschließend etwa 15 Minuten köcheln lassen.
4. Soja Cuisine oder eine andere Pflanzensahne hinzufügen. Einige Minuten weiter kochen und Suppe mit dem Schneidstab pürieren.
5. Die pürierte Suppe durch einen feinen Sieb in einen zweiten Topf gießen. Eventuell mit einem Löffel die Suppe vorsichtig durch das Sieb streichen. Die Suppe mit weißem Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken.
6. Frische Muskatnuss in die Suppe reiben und je nach Konsistenzwunsch die restliche Gemüsebrühe hinzufügen. Ich persönlich mag Suppen eher flüssig und füge an dieser Stelle nochmals 250 ml Gemüsebrühe und eventuell etwas Soja Cuisine hinzu.
7. Einen Löffel Bärlauchpesto kreisförmig in die Suppe rühren und das Gericht mit Brunnenkresse oder Sprossen garniert servieren.