



Grüne Erbsen-Minz-Suppe mit Weißbrot (vegetarisch)

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 4 Portionen:

2 Schalotten, 1 Knoblauchzehe, 1 Stück frischer Ingwer (ca. 4 cm), 2 EL Olivenöl, 500 g frische Erbsen (gepalt oder TK), 600 ml Gemüsefond, 1–2 Stängel Pfefferminze, Saft von 1/2 Zitrone, Salz, Pfeffer aus der Mühle, Cayennepfeffer, Olivenöl zum Beträufeln, Weißbrot in Scheiben geschnitten (z. B. Ciabatta)

Zubereitung:

1. Die Schalotten und den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Ingwer schälen und hacken. Das Öl in einem Topf erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin glasig dünsten. Den Ingwer und die Erbsen dazugeben und unter Rühren mitdünsten. 500 ml des Gemüsefonds angießen und die Erbsen unter gelegentlichem Rühren ca. 8–10 Minuten köcheln lassen.
2. Inzwischen Minzblättchen abzupfen, waschen und trocken tupfen. Den Topf von der Herdplatte ziehen und die Minzblättchen in der Suppe ca. 2 Minuten ziehen lassen.
3. Anschließend die Suppe pürieren und nach Bedarf noch etwas vom Gemüsefond angießen. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer abschmecken.
4. In Suppenschüsseln anrichten und jeweils mit 1 TL kaltem Olivenöl beträufeln. Dazu frisches oder geröstetes Weißbrot reichen.