

KRÄUTERTEE SCHAUMSUPPE

Zutaten

- 3 Frühlingszwiebel
- 2 EL Olivenöl
- 1/2 Bund Petersilie
- 30g Schnittlauch
- 750ml Gemüsesuppe
- 2 EL [Guave-Chili](#)
- 2 EL Sauerrahm
- Salz
- 1 TL [Blumenpfeffer](#)
- 2-3 Walnüsse
- Milchschaum
- 1 EL [Thymian](#)

Die Frühlingszwiebeln putzen und in Scheiben schneiden. Die Kräuter fein hacken. Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Frühlingszwiebeln darin glasig dünsten. Die Kräuter hinzufügen und kurz mitrösten. Mit Gemüsebrühe aufgiessen und auf mittlerer Flamme köcheln lassen. Zwei Esslöffel Frisch und Fit Kräutertee in einem Teefilter mitköcheln lassen. Nach ca. 15 Minuten den Tee aus der Suppe nehmen und die Suppe mit einem Pürierstab cremig mixen. Sauerrahm hinzufügen, nochmals pürieren. Die Kräuterteeschaumsuppe mit Milchschaum, ein paar Tropfen Olivenöl und ein paar Zweigerln frischen Kräutern garnieren.

LaCucina

