

Brokkolisuppe mit Öl

Zutaten

800 g Brokkoli
500 ml Gemüsebrühe
300 ml Milch
100 g California Frischkäse
1 EL Zitronensaft
Salz
Muskat gerieben
Kürbiskernöl
zum verfeinern:
Rote Zwiebelwürfel
Schwarzer Pfeffer
Petersilie glatt

Zubereitung

Brokkoli - Suppe

Den Brokkoli waschen, den Strunk klein scheiden und Brokkoli in Röschen teilen.

Gemüsebrühe zum Kochen bringen. Brokkoli und Milch dazu geben, aufkochen und bei schwacher Hitze etwa 15 Minuten kochen lassen.

Den Brokkoli anschließend mit der Kochflüssigkeit pürieren. Den Frischkäse bis auf einen kleinen Rest zum garnieren, Zitronensaft, Salz und Muskat hinzufügen.

Alles noch einmal miteinander verrühren und kurz aufkochen lassen dann in eine Terrine füllen. Mit dem Rest Frischkäse und etwas Kürbiskernöl garnieren eventuell einige Zwiebelwürfel, glatte Petersilie und frisch gemahlene Pfeffer über streuen sofort servieren.