



Kohlrabi - Sonnenweizensuppe mit Kräutern

▼ Zutaten:

1 mittelgr.	Kohlrabi
1 mittelgr.	Möhre
1 mittelgr.	Pastinake
je ½ Bund	Kräuter z.B. <i>Petersilie, Basilikum</i> und <i>Zitronenmelisse</i>
2 Esslöffel	Butter
¾ Liter	Gemüsebrühe
70 Gramm	Sonnenweizen
4 Esslöffel	Crème Fraîche
n. Geschmack	4 frische Bratwürste
	Salz Pfeffer aus der Mühle

■ Zubereitung:

1. die Möhre, den Kohlrabi und die Pastinake schälen und klein würfeln
2. die Kräuter waschen, trocken schütteln
3. einige beiseite legen, den Rest klein schneiden
4. die Bratwürste entpellen und in kleine Stücke schneiden
5. in einer Pfanne oder im Suppentopf ohne Fett anbraten
6. die Gemüsewürfel mit der Butter unter rühren 2 bis 3 Minuten im gleichen Topf andünsten
7. die Brühe und den Sonnenweizen dazu geben (eventuell vorher kurz einweichen)
8. alles zugedeckt bei kleiner Hitze circa 10 bis 15 Minuten köcheln lassen
9. die Crème Fraîche unterrühren
10. die Suppe nochmals erhitzen
11. die klein geschnittenen Kräuter dazu geben
12. die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken
13. mit den restlichen Kräutern anrichten
14. sehr gut schmeckt dazu ein gebutterter Toast