

## Bärlauchsuppe

### Zutaten für 6 Personen

1 Bund Bärlauch (gehackt 5 EL)  
1 Zwiebel  
25 g Öl  
3/4 l Gemüsebrühe  
1/4 l Kochrahm 10%  
Salz, weißer Pfeffer  
1 KL Maizena (Kartoffelmehl,-Stärke)

### Zubereitung:

Zwiebel in Öl glasig dünsten. Mit der Suppe aufgießen, die Hälfte vom Rahm dazugeben und 5 Minuten kochen lassen. Mit dem Mixstab Suppe mit Bärlauch fein pürieren, mit Salz und Pfeffer würzen. Restlichen Rahm mit Maizena glattrühren, in die kochende Suppe mit einem Schneebesen einrühren.

### TIPP:

Als Bindung kann anstelle von Stärkemehl auch eine gekochte Kartoffel in die Suppe gemixt werden.  
Mit Schwarzbrotcroutons servieren.

[www.wittlinger-therapiezentrum.com](http://www.wittlinger-therapiezentrum.com)