



KNOBLAUCHCREMESUPPE

40 Minuten, Einfach



Zutaten:

1 Zwiebel, 5 Knoblauchzehen, 2 EL glattes Mehl, 1/2l Milch, 1/2l Rind- oder Würfelsuppe, 1/16l Obers, Salz, Pfeffer, Öl zum Anbraten

1. Zwiebel schälen, fein schneiden und in Öl kurz anschwitzen. Knoblauch schälen, blättrig schneiden, beifügen und kurz mitrösten.
2. Mit Mehl stauben und mit Milch aufgießen, etwas köcheln lassen.
3. Gewürze beifügen und mit der zweiten Hälfte der Suppe auf die richtige Konsistenz bringen.
4. Mit Obers verfeinern.

Tipp: Als Suppeneinlage schmeckt Schwarzbrot sehr gut (Schwarzbrot in Würfel oder kurze Streifen schneiden und im Backrohr bei 200° 10 Minuten backen).

4 Portionen - Pro Portion: 252 kcal