

Erbsensuppe mit Minze

Rezept für 6-8 Personen

1	Stk	Zwiebeln
250	g	Erbsen, tiefgefroren
200	g	Kartoffeln
1	EL	Olivenöl
6.5	dl	Gemüsebouillon
1	Bund	Minze, frisch
2	dl	Halbrahm
		Salz und Pfeffer



Zubereitung

Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden.

Minzblätter in feine Streifen schneiden.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Kartoffeln und tiefgefrorene Erbsen begeben und kurz dünsten. Mit der Gemüsebouillon ablöschen. Die Suppe 20 Minuten köcheln lassen. Anschliessend pürieren.

Die Suppe mit Halbrahm verfeinern. Noch einmal abschmecken mit Salz und Pfeffer. Zuletzt die Minze begeben.

Nährwert pro Portion

Kalorien	186
Kohlenhydrate	13 g
Eiweiss	5 g
Fett	11 g