

Sauerkraut-Kartoffel-Suppe

Zutaten für 2 Personen

| |
|-------------------------------|
| 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe |
| 300 g festkochende Kartoffeln |
| 1 EL Butter |
| 250 g gekochtes Sauerkraut |
| 1 EL Tomatenpüree |
| 5 dl Gemüsebouillon |
| 2 TL milder Paprika |
| 2 Prisen Cayennepfeffer |
| Salz und Pfeffer, nach Bedarf |
| 2 EL saurer Halbrahm |
| 1/2 Bund Schnittlauch |



Zeitangaben

Vor- und zubereiten: ca. 45 Min.

Energiewert / Person

ca. 1018 kJ/243 kcal

Mein Einkauf

- 300 g fest kochende Kartoffeln
- 250 g gekochtes Sauerkraut
- 2 Prisen Cayennepfeffer
- 2 EL saurer Halbrahm
- 1 Bund Schnittlauch

Im Vorrat

- Zwiebel
- Knoblauch
- Butter
- Tomatenpüree
- Gemüsebouillon
- milder Paprika
- Salz
- Pfeffer



Zwiebel und Knoblauch fein hacken. Kartoffeln in ca. 1 cm grosse Würfel schneiden. Butter in Pfanne warm werden lassen, Zwiebel und Knoblauch andämpfen. Kartoffeln begeben, ca. 3 Min. mitdämpfen.



Sauerkraut abtropfen, grob hacken, mit Tomatenpüree begeben, 3 Min. weiterdämpfen. Bouillon dazugiessen, aufkochen würzen. Zugedeckt bei kleiner Hitze 20 Min. köcheln. 1 EL sauren Halbrahm begeben, mischen.



Sauerkraut-Kartoffel-Suppe in Tassen oder tiefen Tellern anrichten, je 1/2 EL sauren Halbrahm daraufgeben. Schnittlauch fein schneiden, darüberstreuen. Dazu passt: Vollkornbrot

Weitere gluschtige
Rezepte unter

www.coop.ch/rezpte

Coop Februar-Rezept 2007, Fleischlos A