

Brennnesselsuppe nach NVVO

Anlässlich des Brennnesselanlasses des Natur- und Vogelschutzvereins Oberfreiamt (NVVO) in Sins hat der NVVO ein eigenes Brennnesselsuppen-Rezept entwickelt. Die Rückmeldungen von der Degustation waren durchwegs positiv bis begeistert.

Für 4 Personen

Zutaten:

100g	frische junge Brennnesselspitzen
1	mittelgrosse Kartoffel
1	kleine Zwiebel
1	kleine Karotte
30 g	Frühlingszwiebelkraut
1 l	Hühnerbouillon
1 EL	Butter
1 EL	Crème fraîche
	Schnittlauch kleingeschnitten
	Petersilie kleingeschnitten

Zubereitung

- Brennnesselblätter waschen (Handschuhe tragen) und mit Wiegemesser fein schneiden
- Kartoffel, Zwiebel, Karotte und Frühlingszwiebelkraut fein schneiden und andünsten (Zwiebel darf nicht braun werden)
- Hühnerbouillon dazugeben
- 10 min leicht kochen lassen
- Brennnesseln andünsten und dazugeben
- 5 min weiter kochen lassen
- Anschliessend die Suppe leicht pürieren und abschmecken
- Crème fraîche dazugeben, leicht umrühren und servieren.

