



## Gurken-Minz-Suppe mit Schalotten

dazu Roggenbrot mit Ziegenfrischkäse



20-30min



3-4 Personen

Dieses Süsspchen transportiert den glücklichen Esser zurück in die Erinnerungen unserer Menü-Managerin Kyra an die großelterliche Farm im Gelderland und Omas berühmte Gurkensuppe. Die geheime Zutat: Minzblätter, die zusammen mit dem frischen Gemüse – darunter Zucchini und Kartoffeln – zu einer herzhaften Suppe verarbeitet werden. Dazu gibt's Roggenbrotsscheiben mit Ziegenkäse und karamellisierten Schalotten. Yum!

- 2 Zucchini
- 1 Packung mehligkochende Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 3 Schalotten
- 1 große Gurke
- 10g Minze
- 2 Packungen Roggenbrot <sup>1,7</sup>
- 2 Packungen Ziegenfrischkäse <sup>7</sup>

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

- großer Topf
- kleine Pfanne
- Stabmixer
- Sparschäler
- Messbecher

**Allergene**  
Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 758kcal, Fett 35.3g,  
Kohlenhydrate 83.1g, Eiweiß 21.6g



## 1. Gemüse schneiden

Die **Zucchini** längs halbieren und in grobe Stücke schneiden. Die **Kartoffeln** schälen und grob würfeln. Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen und ebenfalls grob würfeln.



## 2. Gemüse kochen

Die **Zucchini**, die **Kartoffeln**, die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einem großen Topf mit 3EL Olivenöl und 1 Prise Salz bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. 1L heißes Wasser angießen, das **Brühgewürz** unterrühren und das **Gemüse** bei mittlerer Hitze ca. 10Min. köcheln lassen.



### 3. Schalotten braten

Die **Schalotten** schälen, in dünne Ringe schneiden und in einer kleinen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. 1TL Zucker hinzufügen und die **Schalotten** ca. 5Min. karamellisieren, bis sie braun und leicht knusprig sind. Die Hitze ggf. etwas reduzieren. Mit 1 Prise Salz würzen.



#### 4. Gurke schneiden

Ca. **1/3 der Gurke** in sehr dünne Scheiben schneiden oder hobeln und beiseitelegen. Die **übrigen Gurke** grob würfeln, in die **Suppe** rühren und ca. 5Min. erhitzen.



## 5. Suppe pürrieren

Die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und in grobe Streifen schneiden. **¾ der Minzeblätter** zur **Suppe** hinzufügen. Die **Suppe** mit einem Stabmixer glatt pürieren, bei Bedarf etwas mehr Wasser hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



## 6. Brote belegen

Die **Brotscheiben** mit dem **Ziegenfrischkäse** bestreichen und mit den **Gurkenscheiben** belegen. Nach Wunsch mit etwas (frisch gemahlenem) Pfeffer würzen. Die **Suppe** auf tiefe Teller oder Schalen verteilen, mit den **Schalotten** und der **restlichen Minze** garnieren und servieren.