

# Smart Eating

## Gerstensuppe

Rezept für 4 Personen



Vegetarisch

**Nährwert / Portionen** 90 kcal

## Zubereitung

### Zutaten Gerstensuppe

- 1 EL Butter
- 1 kleine Zwiebel
- 2 Rüebli
- 100 g Sellerie
- 1/2 Lauchstange
- 100 g Rollgerste
- 1 Lorbeerblatt
- 2-3 Nelken
- 1,5 L Gemüsebouillon
- 0,5 dl Halbrahm
- Etwas Schnittlauch

### Zubereitung Gerstensuppe

Die Zwiebel und das Gemüse in feine Würfel schneiden und im Butter anbraten. Das Lorbeerblatt und die Nelken dazugeben und mit der Bouillon auffüllen. Die Rollgerste dazugeben und auf mittlerer Stufe köcheln lassen, bis die Gerste gar ist. Den Schnittlauch fein schneiden. Wenn die Gerste gar ist, den Rahm hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss den geschnittenen Schnittlauch darübergeben.