



Möhren-Wirsing Suppe



Zutaten für 4 Portionen

400 g Möhren
400 g Wirsing
400 g Kartoffeln
1 kleine Stange Lauch
2 EL Öl
1 l Gemüse- oder Fleischbrühe
Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker
1 TL Kurkuma (gibt der Suppe eine indische Note)
4 Mettwürstchen
(für eine vegetarische Variante geht es natürlich auch ohne Würstchen)
gehackte Petersilie

Zubereitung

Möhren waschen, putzen und in Scheiben schneiden, vom Wirsing den Strunk entfernen, die Blätter in Streifen schneiden und waschen, die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Lauch waschen und putzen und in feine Ringe schneiden.

In einem großen Topf das Öl erhitzen, Lauch und Wirsing darin einige Minuten andünsten, mit der Brühe ablöschen. Möhren, Kartoffeln und Gewürze dazugeben und ca. 30 Minuten kochen lassen.

Zuletzt die Mettwürstchen in Scheiben schneiden mit der Petersilie in die Suppe geben und noch einige Minuten köcheln lassen.