

# BUNTE WURZELGEMÜSESUPPE MIT KRÄUTER



## ZUTATEN

FÜR 4 PORTIONEN

- 2 KAROTTEN
- 1 KLEINE PASTINAKE
- 1 STÜCK SELLERIE  
(CA. 100 G)
- 1 KLEINE KARTOFFEL
- 1 KLEINE ZWIEBEL
- 1 TL BUTTER ODER  
OLIVENÖL
- 1 LITER GEMÜSEBRÜHE
  
- SALZ, PFEFFER,  
FRISCHE PETERSILIE  
ODER LIEBSTÖCKEL

## ZUBEREITUNG

1. Zwiebel würfeln und in Butter glasig dünsten.
2. Wurzelgemüse schälen, klein schneiden und kurz mitdünsten.
3. Mit Brühe aufgießen und 20 Minuten köcheln lassen.
4. Mit Salz, Pfeffer und Kräutern abschmecken.

# OFENGERÖSTETE WURZELGEMÜSESUPPE MIT THYMIAN



## ZUTATEN

2 KAROTTEN  
1 PASTINAKE  
1 KLEINE ROTE BETE  
1/2 SÜSSKARTOFFEL  
1 ZWIEBEL  
1 EL OLIVENÖL  
1 TL FRISCHER  
THYMIAN  
700 ML GEMÜSEBRÜHE  
  
SALZ, PFEFFER,  
ZITRONensaft

## ZUBEREITUNG

1. Gemüse grob schneiden, mit Öl und Thymian vermengen.
2. Auf ein Blech legen und bei 200°C ca. 25 Minuten rösten.
3. Danach in einen Topf geben und mit Gemüsebrühe pürieren, abschmecken und mit Zitronensaft verfeinern.

# LINSEN-EINTOPF MIT WURZELGEMÜSE



## ZUTATEN

1 TASSE BRAUNE  
LINSEN  
  
2 KAROTTEN  
1 STÜCK SELLERIE  
1 KLEINE KARTOFFEL  
1 ZWIEBEL, 1  
KNOBLAUCHZEHE  
1 EL ÖL  
  
1 TL MAJORAN ODER  
THYMIAN  
1 LITER GEMÜSEBRÜHE

## ZUBEREITUNG

1. Linsen abspülen, Gemüse klein schneiden.
2. Zwiebel & Knoblauch im Öl anbraten, Gemüse und Linsen zugeben. 3. Mit Brühe aufgießen und 25–30 Minuten köcheln lassen.
4. Mit Kräutern, Salz und einem Spritzer Apfelessig abschmecken.