

Kartoffel-Erbsensuppe mit Lachs

FOODBOX



Zutaten für 2 Personen

- > 3 mehlig kochende Kartoffeln (ca. 300 g)
- > 2 Stangen Lauch
- > 1 Zwiebel
- > 1-2 EL Olivenöl
- > 375 ml Gemüsebrühe
- > 2 EL feine Erbsen (TK-Produkt)
- > 220 g Lachs (frisch oder tiefgekühlt)
- > 200 ml Milch 1,5 % Fett
- > 50 ml Sahne
- > Muskatnuss, Jodsalz, Pfeffer, Kresse

Zubereitung in 35 Minuten

- 1 Kartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden.
- 2 Lauch einmal längs durchschneiden, waschen und in 1 cm dicke Stücke schneiden, Zwiebel schälen und würfeln.
- 3 Öl in einem Topf erhitzen, Lauch und Zwiebeln dazugeben und andünsten.
- 4 Kartoffeln hinzugeben und mit der heißen Brühe ca. 10 Min. kochen.
- 5 Erbsen auftauen lassen, Lachs in 2 cm große Stücke schneiden.
- 6 Milch und Sahne zu den Kartoffeln geben, mit dem Pürierstab kurz pürieren, Erbsen zugeben und nochmals 5 Min. köcheln lassen.
- 7 Mit Muskatnuss, Jodsalz und Pfeffer abschmecken.
- 8 Lachsstücke in einer beschichteten Pfanne ca. 5 Min. anbraten, anschließend auf die Suppe geben und mit etwas Kresse servieren.

