

# Grünkohlsuppe

Es grünt so grün ein Teller Grünkohlsuppe! Diese Suppe ist ein saisonales Erlebnis für alle Sinne! Das Tüpfelchen auf dem „i“ sind unsere knusprigen Bio Dinkel Croutons.



## Rezept

4 Portionen

**Zubereitungszeit:** 30 Minuten

**Schwierigkeit:** Einfach

### Zutaten:

- 600g Grünkohl
- 400g Kartoffeln
- 150g Knollensellerie
- 1 Zwiebel

- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Pflanzenöl
- 1 L Gemüsesuppe
- Prise Muskatnuss
- 100ml Schlagobers
- Salz
- Pfeffer

### **Topping:**

- LAND LEBEN Bio Dinkel Croutons
- Sprossen
- Safranfäden

### **Zubereitung:**

**Grünkohl waschen, die Blätter vom Strunk befreien und in Streifen schneiden.**

Kartoffeln sowie Sellerie schälen und in kleine Würfel schneiden.

Zwiebel sowie Knoblauch schälen und fein würfeln.

Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin glasig braten.

Grünkohl, Kartoffeln und Sellerie zugeben. Ein Prise Muskatnuss zugeben und mit Gemüsesuppe aufgießen. Zugedeckt auf kleiner Flamme 25 Minuten köcheln lassen.

Schlagobers zur Suppe geben und fein pürieren.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die heiße Suppe mit frischen Sprossen, Safranfäden und knusprigen Bio Dinkel Croutons servieren.

TIPP: Dazu passen natürlich auch unsere Bio Dinkel Backerbsen!

[www.land-leben.com](http://www.land-leben.com)