



Kartoffel-Porree-Joghurtsuppe mit Würstchen

Zubereitung

1. Kartoffeln schälen und würfeln. Porree in feine Scheiben schneiden. Knoblauch pellen und hacken.
2. Kartoffeln, Knoblauch und 2/3 des Porrees in 1 EL Öl anbraten, Brühe und Thymian zufügen und alles 20 Minuten kochen. Joghurt zugeben und Suppe pürieren.
3. Mühlen Würstchen in Scheiben schneiden. Speck fein würfeln. Restlichen Porree und Speck in restlichem Öl anbraten, in die Suppe geben. Zitronensaft und -schale und Mühlen Würstchen in die Suppe geben und alles ca. 5 Minuten erwärmen. Suppe mit Cayennepfeffer abschmecken.

Dazu passt: Baguette oder Landbrot

Zubereitungszeit

ca. 30 Minuten

Zutaten

Für 4 Personen

- 400 g Kartoffeln
- 300 g Porree
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl
- 1,25 l Gemüsebrühe
- 2 Zweige Thymian
- 200 g griechischer Joghurt / ersatzweise Sahnejoghurt
- 2 Becher Mühlen Würstchen
- 80 g durchwachsener Speck
- 3 EL Zitronensaft, 1 TL abgeriebene Zitronenschale
- Cayennepfeffer nach Geschmack

Nährwerte pro Portion

2.640 kJ (633 kcal)

22,6 g Eiweiß

50,6 g Fett

21 g Kohlenhydrate