



Kochclub

Wirsing-Petersilien-Suppe mit Parmesan

© Zabert Sandmann Verlag/ Eising Studio/ Food Photo & Video



Zutaten für 4 Personen:

500 g	Wirsing
	Salz
¾ l.	Hühnerbrühe
200 g	Sahne
2 EL	Sahnemeerrettich (aus dem Glas)
	mildes Chilisalz
	frisch geriebene Muskatnuss
2 EL	Petersilienblätter (frisch geschnitten)
50 g	geriebener Parmesan
2 EL	Parmesanspäne
einige	Petersilienblätter

Wichtige Küchengeräte

Messer, Schneidebrett, Sieb, Topf, Stabmixer

Zubereitung

Den Wirsing putzen, waschen und in die einzelnen Blätter teilen. Die Blattrippen entfernen, die Blätter ggf. etwas zerkleinern und in kochendem Salzwasser etwa 8 Minuten weich garen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Die Brühe in einem Topf erhitzen, den Wirsing, die Sahne und den Sahnemeerrettich hinzufügen. Mit Chilisalz und Muskatnuss würzen und alles mit dem Stabmixer fein pürieren.

Die Petersilie und den geriebenen Parmesan unterrühren, die Suppe dabei nicht mehr kochen lassen. Nach Bedarf nochmals mit Chilisalz und Muskatnuss abschmecken.

Die Wirsing-Petersilien-Suppe auf vorgewärmte tiefe Teller oder Schälchen verteilen, mit Parmesanspänen und Petersilienblättern garnieren und nach Belieben mit etwas Chilisalz bestreut servieren.

Nährwertangaben (pro 100g): Energie: 77,20 kcal, Fett: 6,34 g, Kohlenhydrate: 2,03 g