

# Erbsensuppe mit Koriander

---



## **Zutaten (4 Personen bzw. 2-3 Weckgläser á 580ml):**

450g TK-Erbesen

1 mittelgroße Zwiebel

1 mittelgroße, mehlig kochende Kartoffel

20g Butter

800ml Gemüsebrühe

Salz

Pfeffer

Prise Zucker

1 TL Zitronensaft

2 EL geschnittener Koriander

1 EL saure Sahne pro Portion (zum Servieren)

## **Zubereitung:**

Die Zwiebeln pellen und fein würfeln. Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Butter in einem Topf zerlassen, Zwiebel- und Kartoffelwürfel mit 400g Erbsen darin anschwitzen. Die Gemüsebrühe angießen, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft würzen. Alles aufkochen und zugedeckt 20 Minuten köcheln lassen.

Inzwischen die restlichen Erbsen in Salzwasser 5 Minuten köcheln lassen, dann abgießen und kalt abschrecken.

Den fein geschnittenen Koriander zur Suppe geben und die Suppe dann mit dem Pürierstab fein pürieren. Nochmals abschmecken und die ganzen Erbsen untermischen. Zum Servieren die Suppe in einem Topf erhitzen und nochmals abschmecken. Auf jede Portion Suppe 1 EL saure Sahne geben und nach Belieben mit Koriander garniert servieren.

**Tipp:**

Um die Suppe haltbar zu machen, kann sie auch eingeweckt werden. Die Suppe hierzu in vorbereitete, saubere Einkochgläser füllen und nach Vorschrift mit Glasdeckel, Einkochring und Einweck-Klammern verschließen. Im 100 Grad heißen Wasserbad 90 Minuten einkochen.

***Nährwertangaben: 196 kcal p.P., 18 g KH p.P.***