



WILDKRÄUTERSUPPE

REZEPT

Tipp aus den Stiftsgärten



Wildkräutersuppe

REZEPT

Zwiebel schälen, fein hacken und in Butter anschwitzen.

Kräuter waschen, klein hacken, zu den Zwiebeln geben und mit Brühe aufgießen.

Etwa 20 Minuten köcheln lassen.

Pürieren, mit Sauerrahm binden, nochmals kurz aufkochen.

Suppe mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen, mit frischen Kräutern bestreuen und servieren.

Guten Appetit!

ZUTATEN

750 ml	Gemüsebrühe
1	Zwiebel
1 EL	Butter
1 Hand voll	Brennessel
1 Hand voll	Taubnessel
1 Hand voll	Löwenzahnblätter
1 1/2 Hand voll	Schafgarbenblätter
2 EL	Sauerrahm
Salz, Pfeffer, Muskatnuss	

Tipp:

Man kann natürlich auch andere Wildkräuter verwenden, z. B.: Spitz- und Breitwegerich, Giersch, Gundelrebe, Bärlauch, Gänseblümchen.

ANMELDUNGEN & INFORMATIONEN:

bildung@stift-stgeorgen.at, T +43 4213 2046 600
www.bildungshaus.at