
Bio-Spargelcremesuppe - Für vier Personen

Rezept von Christopher Heinze

Zutaten:

Schalen von 500 g grünem Spargel
Schalen von 500 g weißem Spargel
125 g Butter
ca. 6 EL Bio-Mehl
¼ l Bio-Sahne
1 Bund Schnittlauch
Weißwein Chardonnay
1 l Gemüsefond

Zubereitung:

Spargel schälen. Die Spargelschalen in 1 Liter Gemüsebrühe kalt aufstellen und langsam 3-4 Minuten aufkochen lassen .

Währendessen eine Mehlschwitze zubereiten: Die Butter in einem Topf zerlassen und heiß werden lassen, anschließend das Mehl darüber streuen und rühren.

Ein paar Minuten unter Rühren „schwitzen“ lassen; Mehlschwitze von der Kochstelle nehmen und kalt werden lassen.

Den Spargelfond durch ein Sieb auf die Mehlschwitze gießen und unter regelmäßigem Rühren aufkochen lassen.

Bei schwacher Hitze 5 -10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, einem Schuss Chardonnay abschmecken und ¼ Liter Sahne dazugeben.

Anrichten und mit geschnittenem Schnittlauch überstreuen.