

Suppen Rezepte

Artischockensuppe Mit Gemüseeinlage

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Gemüse, Suppe, Vorspeise, Eintopf

1	Zwiebel	4	Essl. Olivenöl
2	Knoblauchzehen	1	Zitrone, Saft
1/2 Bund	Petersilie	800 ml	Gemüsefond (Glas) oder
1	kleine rote Chilischote		- Gemüsebrühe
12	kleine spitze Artischocken		Salz

Zwiebel, Knoblauch und Petersilie fein zerkleinern. Chilischote halbieren, von allen oder einem Teil der Trennwände und Kerne befreien und in Streifen schneiden.

Die Artischocken waschen, die Stiele und die äusseren Blätter zu etwa 1/3 entfernen. Die harten Spitzen der verbliebenen Blätter abschneiden. Die Artischocken der Länge nach vierteln und die Viertel noch einmal quer teilen.

Das Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel, Knoblauch, die Hälfte der Petersilie, Chilischote und Artischocken darin bei mittlerer Hitze braten, bis Zwiebel und Knoblauch glasig sind.

Zitronensaft und Gemüsefond zugiessen, aufkochen und die Suppe zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze 5 bis 10 Minuten garen, bis die Artischocken gerade eben weich sind. Mit Salz abschmecken und mit der restlichen Petersilie