



Rezept für KW 18-40

Fenchel-Zucchini-Suppe

ca. 600 g Fenchel
1 Zucchini
1 Zwiebel
2 EL Butter
750 ml Gemüsebrühe
100 g Maiskörner, TK
Meersalz
Pfeffer
1 TL Curry

Den Fenchel und die Zucchini putzen und waschen. Das Fenchelgrün zum Garnieren beiseite legen. Fenchelknolle fein würfeln, Zucchini in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel pellen und fein hacken.

Die Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebelwürfel darin bei mittlerer Hitze in 3 Min. glasig dünsten. Fenchelwürfel zugeben und kurz andünsten. Zucchinischeiben dazugeben. Die Brühe angießen und alles zugedeckt bei geringer Hitze 10 Min. köcheln lassen.

Suppe anschließend pürieren. Maiskörner unter die Suppe heben und nochmals 5 Min. garziehen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken. Suppe mit Fenchelgrün garnieren und servieren.