Rezept der Woche

Exklusiv von MARIO RÜHS ©2025

Grüne Spargelsuppe – Frühlingsgenuss für zwei

Zutaten für 2 Personen

- 500 g grüner Spargel
- 1 EL Butter
- 2 Schalotten
- 500 ml Gemüsebrühe
- 80 ml Sahne zum Kochen
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer

Grüne Spargelsuppe – Frühlingsgenuss für zwei

Diese grüne Spargelsuppe ist der Inbegriff von Frühling in der Schüssel: schnell, einfach und unglaublich lecker! Mit wenigen Zutaten zauberst du im Handumdrehen eine feine Suppe, die den Spargel perfekt in Szene setzt.

Vorbereitung: Wasche den grünen geschälten Spargel gründlich. Schneide die Spargelstangen in grobe Stücke. Schäle und hacke die Schalotten fein.

Anbraten: Erhitze die Butter in einem Topf. Gib die vorbereiteten Spargelstücke und die gehackten Schalotten hinzu und brate sie etwa 5 Minuten bei mittlerer Hitze an, bis die Schalotten glasig und der Spargel leicht duftet.

Köcheln lassen: Lösche das Ganze mit der Gemüsebrühe ab und bringe alles zum Kochen. Lass die Suppe dann bei mittlerer Hitze zugedeckt etwa 10 Minuten köcheln, bis der Spargel weich ist.

Pürieren & Abschmecken: Nimm den Topf vom Herd und püriere die Suppe mit einem Stabmixer, bis sie schön cremig ist. Rühre die Sahne ein und schmecke die Suppe mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer ab.

Heiß servieren und den Frühling genießen!

Guten Appetit!

Garlipp-Spargel
aus Schelldorf bei Stendal
www.garlipp-spargel.de • Tel. 03 93 62 - 8 11 27

Wir schälen Ihren Spargel kostenlos!

Sie erhalten von 1 kg Spargel mindestens 700 g geschälte Stangen und 300 g Schalen (auf Wunsch).