



Käse-Lauch-Suppe mit Hackbällchen

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Lauch	1 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Petersilie, frisch	10 g
Hackfleisch, gemischt	500 g
Eier	1 St.
Paniermehl	2 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Öl	3 EL
Muskatnuss, gemahlen	
Schlagsahne	200 ml
Gemüsebrühe	700 ml
Bio Zitronen	1 St.
Schmelzkäse	200 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Teller, großer Topf

1. Lauch längs halbieren, Wurzelenden entfernen, in feine Streifen schneiden und in einem Sieb waschen. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken.
2. In einer Schüssel Hackfleisch mit der Hälfte der Zwiebeln, Petersilie, Ei, Paniermehl, Salz und Pfeffer kräftig verkneten. Aus der Masse kleine Hackbällchen formen.
3. In einem Topf 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen. Hackbällchen darin ca. 4 Min. goldbraun anbraten. Auf einem Teller beiseitestellen.
4. Topf erneut mit 1 EL Öl erhitzen und im Bratensatz restliche Zwiebeln und Lauch ca. 4 Min. andünsten. Mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen und mit Sahne und Brühe ablöschen. Suppe ca. 10 Min. köcheln.
5. Währenddessen Zitrone heiß waschen etwa 1 TL Schale fein abreiben, halbieren und Saft auspressen.
6. Schmelzkäse in die Suppe rühren und Hackbällchen zugeben. Nochmals ca. 2 Min. leicht köcheln. Käse-Lauch-Suppe mit Zitronenschale und -saft abschmecken und auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	629 kcal
Kohlenhydrate	31 g
Eiweiß	36 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	41 g