



Norddeutsche Krabbensuppe

Zeit gesamt
40minZubereitungszeit
20minSchwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, mehligkochend	500 g
Lauch	1 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Butter	2 EL
Gemüsebrühe	800 ml
Schlagsahne	200 ml
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Muskatnuss, gemahlen	0.25 TL
Nordsee-Krabbenfleisch	200 g
Schnittlauch, frisch	10 g

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, großer Topf, Sieb, SILVERCREST Stabmixer/ Pürierstab

1. Kartoffeln schälen, waschen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Lauch längs halbieren, Wurzelansatz entfernen, in dünne Ringe scheiden und in einem Sieb gründlich waschen. Zwiebel halbieren, schälen und würfeln.
2. In einem Topf Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und Zwiebel darin ca. 2 Min. anbraten. Kartoffeln und Lauch zugeben und weitere ca. 3 Min. anbraten. Mit Gemüsebrühe aufgießen, aufkochen und ca. 20 Min. bei niedriger Stufe köcheln lassen.
3. In ein hohes Gefäß etwa 300 ml Suppe geben und fein pürieren. Pürierte Suppe und Sahne zurück in den Topf geben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.
4. Krabben zugeben und ca. 5 Min. köcheln lassen. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden. Norddeutsche Krabbensuppe auf Teller verteilen und mit Schnittlauch garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	322 kcal
Kohlenhydrate	38 g
Eiweiß	16 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	11 g