




Sauerkrautsuppe mit Cabanossi

 Zeit gesamt
55min

 Zubereitungszeit
25min

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk.	500 g
Karotten	2 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Sauerkraut	400 g
Sonnenblumenöl	2 EL
Gemüsebrühe	1 L
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Majoran, getrocknet	1 TL
Lorbeerblätter, getrocknet	1 St.
Cabanossi	4 St.
Petersilie, frisch	20 g
Schnittlauch, frisch	10 g
saure Sahne	200 g

Zubereitung

 Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlerer Topf

1. Kartoffeln schälen, waschen und würfeln. Karotten schälen, Enden entfernen und in Scheiben schneiden. Zwiebel halbieren, schälen und grob würfeln. Sauerkraut in ein Sieb geben und abspülen.
2. In einem Topf Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Kartoffel mit Karotten und Zwiebel ca. 3–4 Min. anbraten. Sauerkraut zugeben und ca. 2 Min. mit anschmoren. Brühe angießen, mit Salz, Pfeffer, Majoran und Lorbeer würzen und ca. 30 Min. zugedeckt garen.
3. Inzwischen Cabanossi in dicke Scheiben schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. In einer Schüssel Kräuter mit saurer Sahne verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Wurstscheiben in der Suppe ca. 5 Min. erhitzen. Sauerkrautsuppe abschmecken, Lorbeerblatt herausnehmen und mit je 1 Löffel Kräutersahne anrichten.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 754 kcal

Kohlenhydrate 41 g

Eiweiß 24 g

Ballaststoffe 7 g

Fette 54 g
