



Selleriesuppe mit gebratenen Garnelen

 Dauer
35 min.

 Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Garnelen gekocht, tiefgefroren	450 g
Zwiebeln, gelb	2 St.
Sellerie	1 St.
Öl	2 EL
Weißwein, trocken	100 ml
Gemüsebrühe	800 ml
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Petersilie, frisch	20 g
Knoblauchzehen	1 St.
Zitronen	1 St.
Butter	2 EL
Schlagsahne	200 ml

Zubereitung

Garnelen am besten über Nacht im Kühlschrank auftauen lassen. Zwiebeln halbieren, schälen und grob würfeln. Sellerie waschen, schälen und ebenfalls würfeln.

In einem Topf Öl auf hoher Stufe erhitzen und Zwiebeln mit Sellerie darin ca. 2 Min. anbraten. Mit Wein ablöschen, kurz aufkochen lassen und Brühe dazugießen. Salzen, pfeffern und aufkochen. Zugedeckt bei mittlerer Stufe ca. 20 Min. köcheln.

Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und in feine Streifen schneiden. Knoblauch mit einem Messerrücken platt drücken. Zitrone waschen, halbieren und Saft auspressen. Garnelen waschen und trocken tupfen.

In einer Pfanne Butter bei mittlerer Stufe schmelzen und Garnelen mit Knoblauch darin ca. 3–4 Min. anbraten. Mit 1 EL Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

Sahne in den Topf geben und Suppe fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Auf Teller verteilen, Garnelen darauf anrichten und mit Petersilie bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	357 kcal		
Kohlenhydrate	14 g	Ballaststoff	3 g
Eiweiß	22 g	Fette	21 g