

Winterliche Maronen-Sellerie-Suppe

Zeit gesamt 20min



Zubereitungszeit 10min





Zutaten

tur 4 Portionen	
Zwiebeln, gelb	1 St.
Knollensellerie	60 g
Stangensellerie	60 g
Öl	2 EL
Maronen - Kastanien, geschält	200 g
Weißwein, lieblich	140 ml
Gemüsebrühe	440 ml
Veganer Frischaufstrich, Natur	250 g
Salz	

Pfeffer, schwarz gemahlen

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel, SILVERCREST Stabmixer/ Pürierstab

- 1. Zwiebel halbieren, schälen und in feine Würfel schneiden. Sellerie schälen und in grobe Würfel schneiden. Stangensellerie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und Stangen fein würfeln.
- 2. In einem Topf Öl bei mittlerer Temperatur erhitzen. Zwiebel, beide Sellerie und Maronen ca. 3 Min. glasig dünsten, mit Weißwein ablöschen, mit Gemüsebrühe auffüllen und ca. 25 Min. köcheln lassen.
- 3. Topf vom Herd nehmen und Suppe mit einem Pürierstab sämig pürieren. Vegane Streichcreme unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Winterliche Maronen-Sellerie-Suppe mit Selleriegrün garniert servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Für etwas mehr Fruchtigkeit etwas Apfelsaft beim Kochen dazugeben.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	327 kcal
Kohlenhydrate	32 g
Eiweiß	3 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	18 g