



Karottensuppe mit Schinken

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Karotten	600 g
Butter	2 EL
Weißwein, trocken	100 ml
Gemüsebrühe	800 ml
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Zitronen	1 St.
Petersilie, frisch	20 g
Schlagsahne	200 g
Serranoschinken	50 g

Zubereitung

1. Karotten waschen, schälen, Enden entfernen und klein schneiden. In einem Topf Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und Karotten darin ca. 3–4 Min. anbraten. Mit Weißwein ablöschen und ca. 2 Min. aufkochen. Brühe zufügen, mit Salz und Pfeffer würzen, aufkochen und ca. 20 Min. bei mittlerer Hitze garen.

2. Währenddessen Zitrone waschen, halbieren und Saft auspressen. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Sahne zufügen, Suppe pürieren und mit Zitronensaft abschmecken. Schinken in breite Streifen schneiden, mit Petersilie auf der Suppe anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	244 kcal
Kohlenhydrate	23 g
Eiweiß	7 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	13 g