

Kartoffelsuppe mit Rucola

Zutaten

200 g Kartoffeln,
300 ml Gemüsebrühe,
1/2 Bund Rucola (oder ca. 60g),
1 Knoblauchzehe,
1 EL Olivenöl,
Salz, frisch geriebener Pfeffer und Muskatnuss,
30 g Pinien- oder Sonnenblumenkerne

Zubereitung

Die Kartoffeln waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Brühe erhitzen und die Kartoffelwürfel darin weich kochen (ca. 15 Minuten). Den Rucola waschen und die harten Stiele entfernen, die Blätter grob hacken. Den Knoblauch abziehen und durchpressen. Die Kartoffeln mit Brühe, der Hälfte des Rucola und der Rucola stiele, dem Knoblauch und dem Öl pürieren. Die Suppe mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und nochmals aufkochen lassen. in der Zwischenzeit, die Pinien- oder Sonnenblumenkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett hellbraun rösten. Den restlichen Rucola unter die Suppe ziehen und mit den gerösteten Kernen sofort servieren.