

Zero-Waste Gemüsesuppe

ZUTATEN:

ganz viel Gemüse

(Karfiol, Karotte, Sellerie,
Pastinake, Zwiebel, Brokkoli,
Knoblauch, Kohlrabi, Peter-
silienwurzel), **Obers**, **Salz**,
Pfeffer, **Muskat**



TOPF 1

der mit den Schalen

Nach dem Garen durch
ein Sieb gießen und den
Gemüsefond auffangen.

ZUBEREITUNG:

Erst einmal alles waschen und schälen. Die Schalen in
einen Topf geben und das geschälte Gemüse in kleine
Stückchen schneiden und in einen anderen Topf geben.
Mit Wasser bedecken, aufkochen und dann bei mittlerer
Hitze **ca. 30 Minuten** garen lassen.

TOPF 2

der mit den
Gemüse-Stücken

Das Gemüse pürieren, so viel
Fond aus Topf 1 aufgießen,
bis eine sämige Suppe entsteht.
Mit Obers, Muskat, Salz und
Pfeffer abschmecken und mit
Schnittlauch garnieren.

