

## BASISCHE GEMÜSESUPPE

### Zutaten (für ca. 1 Liter):

2 Karotten  
1/2 kleiner Kohlrabi  
1/2 kleine Sellerie  
1 kleine Petersilienwurzel  
1 Zwiebel  
1/4 Lauch  
1 Thymianzweig  
5–6 Pfefferkörner  
2 Lorbeerblätter  
2 zerdrückte Knoblauchzehen  
1 Rosmarinzweig  
Salz

### Zubereitung:

Alle Gemüsezutaten klein schneiden und mit 1 1/2 Liter Wasser auffüllen. Thymian, Pfefferkörner, Lorbeerblätter, zerdrückte Knoblauchzehen und Rosmarin begeben und eine 1 Stunde leicht köcheln.

Durch ein Passiertuch abseihen, mit Salz abschmecken. Diese Suppe kann beim Abschmecken mit Camolina,- Nuss,- Leinsamen,- oder Chiaöl verfeinert werden.

Mit Einlagen nach Wahl anrichten.

### TIPP:

Diese Suppe lässt sich in größeren Mengen zubereiten und dann in kleinen Bechern portionieren und einfrieren.



Gutes Gelingen wünscht Ihnen das Steirerhof-Küchenteam!