



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, können Sie bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Sellerie-Apfelcremesuppe mit Radieschen

- 2 EL GEFRO Natives Olivenöl Extra
- 1,2 Liter GEFRO Suppe
- 600 g Knollensellerie
- 1 mittelgroße Zwiebel
- 1 roter Apfel
- 1 EL Zitronensaft
- 1 EL Majoran, fein geschnitten
- 100 g Schmand, 20 % Fett
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen
- 6 Radieschen

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Sellerie-Apfelcremesuppe mit Radieschen

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 40 Minuten

Nährwerte pro Portion:

18,3 g Fett 15,1 g Kohlenhydrate 7,3 g Eiweiß 11 g Ballaststoffe 248 kcal Brennwert

Sellerie-Apfelcremesuppe mit Radieschen: 600 g Knollensellerie schälen und grob würfeln. 1 Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden. 1 Apfel vierteln, entkernen und grob würfeln.

2 EL GEFRO Natives Olivenöl Extra in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebelstreifen darin glasig andünsten. Die Sellerie- und Apfelwürfel zugeben und ebenfalls andünsten.

1 EL Zitronensaft und 1 EL fein geschnittenen Majoran zugeben und mit 1,2 Liter klarer Brühe aus GEFRO Suppe aufgießen. Aufkochen und bei mittlerer Temperatur köcheln lassen, bis der Sellerie weich ist.

Die Suppe mit dem Pürierstab fein pürieren. 100 g Schmand unterrühren und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Die Radieschen putzen und in Stifte schneiden.

Die Suppe in Tellern anrichten und mit den Radieschenstiften bestreuen.