

GEMÜSESUPPE

1kg Kartoffeln

3 Karotten

½ Sellerie

1 Stange Lauch

2-3 Petersilienwurzeln oder Pastinaken

frischer Majoran oder andere Gartenkräuter

1 Bund Petersilie

1 EL Brotgewürz, gemahlen (Anis, Fenchel, Kümmel, Koriander)

1 EL Paprikapulver

1 EL Kurkuma

Pfeffer

Gemüsebrühe z.B. von Alnatura, 1-2 EL, je nach Topfgröße

Das Gemüse in kleine Würfel schneiden, in wenig Öl leicht anbraten und mit Gemüsebrühe aufgießen. Kräuter und Gewürze hinzugeben und auf kleiner Flamme leicht bissfest garen. Zum Schluss die gehackte Petersilie hinzufügen und nur noch ganz kurz köcheln lassen.

Je nach Geschmack, kann man die Gemüsesuppe mit 1 Schuss Apfelessig oder Sojasoße abschmecken.