



Bärlauchsuppe mit Schmand

Zutaten für 4 Personen:

- 2 Hände voll Bärlauch
- 1 Zwiebel
- 2 EL Butter
- 50g Weizenvollkornmehl oder Dinkelmehl
- 1 Liter Gemüsebrühe
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle und/oder getrocknetes Basilikum
- ½ Becher Schmand

Zubereitung:

Bärlauchblätter in feine Streifen schneiden. Zwiebel hacken. Bärlauchstreifen und Zwiebelwürfel in Butter andünsten. Langsam Mehl dazugeben und zu einer goldgelben Schwitze verarbeiten. Gemüsebrühe langsam angießen, umrühren, 10 Minuten bei schwacher Hitze kochen lassen. Mit Salz und Pfeffer und/oder Basilikum abschmecken. Mit Schmand garnieren!

Vorsicht: Bärlauch und das giftige Maiglöckchen sehen sich ziemlich ähnlich - und werden deswegen schnell verwechselt. Sie erkennen Bärlauch am unverwechselbaren Knoblauchduft.