

Foto: Land OÖ, Abteilung Gesundheit

# Karotten-Selleriesuppe

## Zutaten: 4 Portionen

1 Zwiebel  
600 g Karotten  
200 g Knollensellerie  
100 g Kartoffel  
Etwas Rapsöl  
1600 ml Gemüsesuppe  
Salz, Pfeffer  
1 TL Liebstöckel  
1 Scheibe Schwarzbrot  
Schnittlauch

## Zubereitung:

Zwiebel schälen und fein hacken. Das Gemüse waschen, schälen und in dünne Scheiben bzw. kleine Würfel schneiden.

Zwiebel in Öl kurz anrösten. Gemüse dazugeben und kurz anbraten lassen. Mit der Gemüsesuppe aufgießen, würzen und zugedeckt für ca. 10 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist. Mit einem Mixstab pürieren, in Teller geben und nach Belieben mit Brotstücken und Schnittlauch verfeinern.

### TIPP

Die Brotstücke können auch in etwas Knoblauchöl geröstet werden, so bekommt die Suppe einen deftigeren Geschmack.