

Kräuter-Buttermilchsuppe

Zutaten | 4 Portionen

2 Bund	Basilikum
¼	Chilischote
800 ml	Buttermilch
3 EL	Apfelessig
200 g	Camembert
	Salz, Pfeffer
200 g	Roggen- oder Dinkelbrot
1 Bund	Petersilie

Zubereitungszeit: 20 Min.

Zubereitung:

- Basilikum waschen, trockentupfen, die Blätter abzupfen und die Hälfte bei Seite legen.
- Chilischote vierteln, von den Kernen befreien und klein schneiden.
- Buttermilch, Basilikum, Chilistücke, Apfelessig, Salz und Pfeffer mit dem Zauberstab in einem hohen Gefäß fein pürieren.
- Petersilie waschen, trockentupfen und die Stiele entfernen.
- Brot würfeln, zusammen mit dem restlichen Basilikum, der Petersilie und etwas Salz und Pfeffer fein mixen.
- Camembert in grobe Würfel schneiden.
- Ein Backblech mit Backpapier auslegen, die Camembertwürfel darauf verteilen und bei 160 °C im Backofen ca. 2 Minuten backen, bis der Käse leicht zerläuft.
- Buttermilch-Basilikumsuppe mit dem Zauberstab nochmals aufschäumen, in Suppentellern anrichten, den geschmolzenen Camembert darauf setzen und mit dem Kräuterbröseln bestreuen.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 270 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
221 kcal	4 g	28 g	14 g	284 mg