

Käsesuppe mit Walnuss-Croutons

Zutaten | 4 Portionen

1	Zwiebel
3	Kartoffeln
1 EL	Pflanzenöl
500 ml	Gemüsefond
200 g	Schmelzkäse
250 ml	Sahne
	Salz, Pfeffer
2 EL	Olivenöl
3 Scheiben	Roggenvollkornbrot
50 g	Walnüsse
	rote Kresse und Chilifäden für die Dekoration

Zubereitungszeit: 40 Min.

Zubereitung:

- Zwiebel abziehen und fein würfeln.
- Kartoffeln schälen und ebenfalls fein würfeln.
- Zwiebeln in einem Topf in etwas Öl andünsten, die Kartoffeln dazu geben und alles mit der Gemüsebrühe ablöschen.
- Schmelzkäse in die Gemüsebrühe geben. Bei geringer Hitze die Suppe ca. 20 Minuten köcheln lassen bis der Käse geschmolzen und die Kartoffeln gar sind.
- Die Sahne dazu geben und alles aufkochen lassen. Mit einem Pürierstab die Suppe fein mixen und die Sahne dabei leicht aufschäumen.
- Für die Croutons Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Das Brot in feine Würfel schneiden. Walnüsse fein hacken. Brot-Würfel und Walnüsse in dem Olivenöl anrösten und mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.
- Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf Suppentellern verteilen.
- Die Walnuss-Croutons als Topping auf der Suppe verteilen und nach Wunsch mit roter Kresse und Chilifäden dekorieren.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 210 g

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
358 kcal	27,9 g	17,8 mg	10,7 g	208 mg