

# Käselauchsuppe

## Zutaten | 4 Portionen

2	Gemüsezwiebeln
2	Lauch
1 l	Gemüsebrühe
500 g	Hackfleisch, nach Wunsch Rinderhackfleisch oder Hackfleisch „halb und halb“
	Salz, Pfeffer
100 g	Champignons in Scheiben
150 g	Sahne-Schmelzkäse
150 g	Kräuter-Schmelzkäse
150 g	Kräuter-Frischkäse

Zubereitungszeit: 30 Min.;

- Gemüsezwiebeln abziehen und fein würfeln. Lauch putzen, waschen, halbieren und in feine Ringe schneiden. Beides in etwas Öl in einer Pfanne kurz andünsten.
- Gemüsebrühe in einem ausreichend großen Topf mit Deckel aufkochen und das gedünstete Gemüse dazu geben.
- Hackfleisch mit Salz und Pfeffer würzen, gut anbraten und ebenfalls in die Suppe geben.
- Pilze, Schmelz- und Frischkäse hinzugeben und alles auf kleiner Flamme bei geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten köcheln lassen.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von ca. 100 g:

## Nährwertabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
102kcal	7.2 g	3 g	6,8 g	77,6 mg