

Grüne Erbsensuppe mit Zitronen-Croûtons



Suppe für 6 Personen

Einkaufsliste

- 1 Stück Ingwer**
(ca. 20 g, frisch)
- 1 Zwiebel**
- 1 Bio - Zitrone**
- 1 Stängel Zitronengras**
Oliveöl
- 1 L Gemüsebouillon**
- 500 g Erbsen**
- 3 Scheiben Toastbrot**
- Zucker**
- Salz**
- Pfeffer**

Vorbereiten

- a Ingwer und Zwiebel schälen und fein hacken.
- b Bio-Zitrone heiss abspülen, abtrocknen und die Schale fein abreiben.
(Vorsicht nur der gelbe Teil, sonst wird die Suppe bitter)
- c Zitrone auspressen und den Saft auf die Seite stellen.
- d Vom Zitronengras-Stängel die äusseren harten Blätter entfernen und den Stängel längs halbieren.
(Zitronengras-Stängel immer längs oder quer halbieren oder in Stücke schneiden, so kann sich das Aroma besser entfalten)
- e Die 3 Toastbrotsscheiben entrinden und in Würfel von 1 cm schneiden.

Zubereiten

- f In einer Suppenpfanne 2 Esslöffel Oliveöl erhitzen und den fein gehackten Ingwer, die gehackten Zwiebeln, die Hälfte der abgeriebenen Zitronenschale und das halbierte oder geschnittene Zitronengras darin andünsten.
- g 1 Liter Gemüsebouillon dazugießen und das Ganze ca. 10 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen.
- h Die Brühe durch ein Sieb giessen und wieder zurück in die Suppenpfanne geben.
- i 500 g Erbsen dazugeben und ca. 5 Minuten aufkochen lassen.
- k Mit dem Stabmixer fein pürieren und dann durch ein Sieb streichen, (wird besonders fein und cremig) abschmecken mit Salz und Pfeffer. Soweit kann die Suppe schon Stunden vorher zubereitet werden.
- l Die Brotwürfelchen in eine ofenfeste Form geben.
- m Mit 1-2 Esslöffel Zitronensaft und 2 Esslöffel Oliveöl beträufeln.
- n Etwas schwarzen Pfeffer darüber streuen.
- o Im vorgeheizten Ofen bei 180°C Umluft ca. 25 - 30 Minuten hellbraun backen bis die Würfel knusprig sind.
- p Nun die restliche geriebene Zitronenschale und 1-2 Prisen Zucker darüber streuen.
- q Die Suppe nochmals erwärmen, in tiefe vorgewärmte Suppentassen oder Suppenteller verteilen und mit den Zitronen-Croûtons bestreuen und servieren.