

Zutaten

- 500 g weißer Spargel
- 1 I Wasser
- 4 TL MAGGI Gemüse Brühe
- 2 EL Butter
- 3 EL Mehl
- 50 ml Weißwein
- 100 g Schlagsahne
- 2 EL Kresseblättchen

Zubereitung

- 1. Den Spargel waschen, schälen und die holzigen Enden abschneiden. Die Spargelspitzen abschneiden und längs halbieren. Die Stangen in kleine Stück schneiden.
- 2. Die Spargelschalen und die Enden mit Wasser und MAGGI Gemüse Brühe 20 Min. kochen. Den Sud durch ein feines Sieb gießen.
- 3. Butter in einem Topf heiß werden lassen und die Spargelspitzen darin ca. 5 Min. bei geringer Wärmezufuhr garen. Herausnehmen und warm halten.
- 4. Die Spargelstücke zur Butter in den Topf geben und kurz andünsten. Das Mehl darüberstäuben und verrühren. Wein zugießen und kurz einkochen lassen, dann unter Rühren den Spargelsud zugießen. Aufkochen und ca. 10 Min. zugedeckt garen. Die Suppe mit einem Stabmixer pürieren. Schlagsahne zugießen und unterrühren.
- 5. Die Suppe in Tellern verteilen und die Spargelspitzen als Topping darauf anrichten. Wer mag gibt etwas Kresse darauf.

Nährwert-Anzeige

45 Minuten

4 Portionen

Kohlenhydrate 14 g
Energie 211 kcal
Fett 15 g

Protein 5 g