

# Samtig weiß & würzig grün: Kohlrabicremesuppe mit Bärlauchpesto

Kohlrabi und Bärlauch sind eine perfekte Kombination. Die rahmig-sahnige Kohlrabisuppe bekommt durch die Knoblauchnote des Bärlauchs erst den richtigen Kick. Außerdem überzeugt dieses Rezept nicht nur durch den Geschmack, sondern vor allem auch in Bezug auf die Optik. Das Champagner-farbene Süsschen mit dem knalligen Grün des Pestos ist genau das richtige Rezept, wenn Gäste zu Besuch sind.

## Zutaten für 4 Portionen

### Für das Crèmesüppchen:

- 2-3 EL Olivenöl zum Anbraten
- 2 Kohlrabiknollen | ca. 500 Gramm
- 1 Zwiebel | ca. 100 Gramm
- 1 Stange Lauch | nur den hellen Teil verwenden
- 1 EL Agavendicksaft
- 1 Schuss Weißwein | kann auch weggelassen werden
- 10-12 EL Soja Cuisine
- 0,5 - 0,75 Liter Gemüsebrühe | falls nicht vorhanden geht auch Instant-Gemüsebrühe
- Saft einer halben Zitrone
- Weißer Pfeffer, Salz,
- Etwas frisch geriebene Muskatnuss
- Frische Brunnenkresse oder Rettichsprossen als Deko

Zutaten und Zubereitung des Bärlauchpestos sind hier zu finden: [Rezept Bärlauchpesto](#)

## Zubereitung

Kohlrabiknollen entrinden und in kleine Stücke schneiden. Ebenso die Zwiebel klein und den hellen Teil eines Lauchs in feine Ringe schneiden. Neutrales Pflanzenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelstücke darin glasig dünsten. Kohlrabi und Lauch hinzugeben und alles zusammen anbraten. Nach etwa 3 Minuten mit Agavendicksaft 1 Minute karamellisieren lassen und das Ganze mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Daraufhin 0,5 Liter Gemüsebrühe hinzufügen. Wer den Wein weglassen möchte, löscht die Zutaten gleich mit der Brühe ab. Alle Zutaten in der Brühe aufkochen und anschließend etwa 15 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss die Soja Cuisine oder eine andere Pflanzensahne hinzufügen. Einige Minuten weiter kochen und anschließend mit dem Schneidstab pürieren. Die pürierte Suppe durch ein sehr feines Sieb in einen zweiten Topf gießen. Eventuell mit einem Löffel die Suppe vorsichtig durch das Sieb streichen. Die Suppe nun mit weißem Pfeffer, Salz und Zitrone ganz individuell abschmecken. Frische Muskatnuss in die Suppe reiben und je nach Konsistenzwunsch jetzt zum Abschluss die restliche Gemüsebrühe hinzufügen. Ich persönlich mag Suppen eher flüssig und füge an dieser Stelle nochmals 250 ml Gemüsebrühe und eventuell etwas Soja Cuisine hinzu. Die heiße Suppe anrichten, einen Löffel Bärlauchpesto kreisförmig über die Suppe verteilen und das Gericht mit Brunnenkresse oder Sango-

Rettich Sprossen getoppt servieren.

**Rezepte, die ebenfalls interessant sein könnten**

- [Cremig-würzige Bärlauchsuppe](#)
- [Sahnige Sojahack-Lauchsuppe](#)
- [Blumenkohlsuppe mit Steinpilzen und knusprigen Butterbröseln](#)
- [Spargelcrèmesüppchen mit Belugalinsen & pinkem Pfeffer](#)