

SCHNELLE GEMÜSESUPPE

Low carb - schnell - einfach

Zutaten:

1 TL Butter
400g Gemüse nach Wahl oder
Tiefkühl- Suppengemüse
600ml Wasser
1 ½ EL Gemüsebrühe-Pulver BIO (ohne
Geschmacksverstärker, Glutamat)
1-2 EL Tomatenmark, nach Belieben
Pfeffer
Kräuter nach Wahl (Schnittlauch, Petersilie, etc.)



Zubereitung:

- Butter in einem Topf erhitzen
- Gemüse waschen, putzen und klein schneiden oder, wenn es ganz schnell gehen muss, TK- Suppengemüse verwenden und etwa 3 Minuten unter wenden andünsten
- Nach Belieben Tomatenmark dazufügen
- Wasser hinzufügen, mit Gemüsebrühe-Pulver würzen und etwa 10 Minuten leicht köcheln lassen
- Vor dem Servieren abschmecken und mit Kräutern bestreuen

VIEL SPASS BEIM NACHKOCHEN!