

Süsskartoffelsuppe

Comfort Food für Kalte Wintertage

Saison- Rezepte

In 3 Schritten und
ca. 30 Min. Aufwand
am Ziel!

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.

500 g Süsskartoffeln
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 EL Butter
1 l Gemüsebouillon

1 dl Rahm
Salz, Pfeffer

2 Pouletbrüstli
(je ca. 160 g)
130 g Bratspeck in Tranchen
4 Holzspiesschen
Öl zum Braten

½ TL Salz
wenig Pfeffer
1 EL Salbeiblätter

Portion: 451 kcal, F 28 g, Kh 24 g, E 28 g

1. SCHRITT

Süsskartoffeln in Stücke schneiden. **Zwiebel** und **Knoblauch** grob hacken, alles in der warmen **Butter** andämpfen. **Bouillon** dazugießen, aufkochen, zugedeckt ca. 15 Min. köcheln.

2. SCHRITT

Rahm dazugießen, Suppe pürieren, würzen.

3. SCHRITT

Pouletbrüstli in ca. 1½ cm grosse Würfel schneiden. Mit dem **Speck** abwechselungsweise an die **Spiesschen** stecken. Wenig **Öl** in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Spiessli beidseitig je ca. 3 Min. braten, würzen, **Salbei** begeben, kurz mitbraten, auf der Suppe verteilen.

