



Erbsensuppe

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	10 Min.
Garzeit	25 Min.
Portionen	4

Hellgrüne, frühlingshafte Erbsensuppe mit aromatischem Kräuteröl und Pfefferminze-Crème fraîche. Eine elegante Vorspeise, die optisch und geschmacklich in den Frühling passt.

Kräuteröl

150 ml Sonnenblumenöl
40 g Petersilie, Blätter abgezupft
20 g Dill, Spitzen abgezupft
15 g Schnittlauch, groß geschnitten

Erbsensuppe

1 EL Olivenöl
2 Schalotten, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
100 g Knollensellerie, in kleinen Würfeln
½ TL Zucker
etwas Salz
100 ml Weißwein
650 ml Gemüsesuppe
150 ml Rahm
500 g tiefgekühlte Erbsen
etwas Salz
etwas Pfeffer





Anrichten

50 g Crème fraîche

2 Zweige Pfefferminze, Blätter abgezupft, fein gehackt

etwas Salz

etwas Pfeffer

Kräuteröl

Sonnenblumenöl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze (Stufe 6) auf ca. 55 °C erwärmen. Das warme Öl mit den Kräutern in einen Standmixer geben, auf hoher Geschwindigkeit ca. 8 Minuten mixen. Ein Küchensieb mit einem Passiertuch auslegen, Kräuter-Öl sorgfältig abseihen, Tuch gut ausdrücken. Kräuteröl in eine lichtgeschützte Flasche füllen, auskühlen lassen, im Kühlschrank lagern.

Erbsensuppe

Butter und Olivenöl in einer Pfanne bei mittlerer bis hoher Hitze (Stufe 6–7) erhitzen. Schalotten, Knoblauch und Sellerie glasig dünsten. Zucker und wenig Salz begeben, Weißwein dazugießen, etwas einköcheln lassen. Gemüsebouillon dazugießen, zugedeckt bei hoher Hitze (Stufe 8) aufkochen. Hitze auf schwache bis mittlere Hitze (Stufe 3–4) reduzieren, ca. 15 Minuten köcheln lassen. Rahm und Erbsen begeben, ca. 5 Minuten mitköcheln lassen. Alles fein pürieren, durch ein feines Sieb zurück in die Pfanne gießen. Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken

Anrichten

Crème fraîche und Pfefferminze verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Suppe anrichten, Crème fraîche und Kräuteröl darauf verteilen.

Zubehör

Pfanne (ca. 16 cm Ø)

Pfanne mit Deckel (ca. 20 cm Ø)

Zusätzliche Informationen

Erstellt am

07.04.2026

