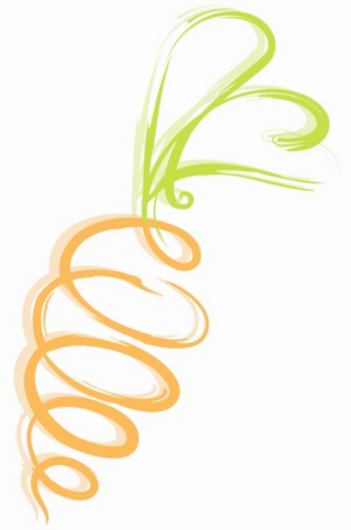


# Rezept der Woche



## Postelein-Suppe

mit Avocado

### ZUTATEN

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl
- 100 ml Weißwein
- 500 ml Gemüsefond
- 250 ml (Soja) Sahne
- 175 g Postelein
- 180 g Avocadofruchtfleisch (2  
kleine Avocados)
- 50 g (Pflanzliche) Butter
- Salz und Pfeffer
- 16 Cashewkerne

### ZUBEREITUNG

Die Zwiebel und die Knoblauchzehe schälen und in feine Stücke schneiden. Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, Knoblauch- und Zwiebelstücke kurz darin andünsten.

Den Topfinhalt mit Weißwein ablöschen, den Gemüsefond und die Sahne dazugeben. Bei mittlerer Hitze ungefähr 10 Minuten köcheln lassen.

Währenddessen den Postelein waschen und trocknen. Von den Avocados das Fruchtfleisch aushöhlen. Den Postelein zur heißen Suppe geben und 5 Minuten mitköcheln lassen.

Die kalte Butter mit den Avocados zur Suppe geben und mit dem Stabmixer die Suppe fein pürieren. Kurz aufkochen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Postelein Suppe heiß in Schälchen füllen und gehackte Cashewkerne als Topping darüber streuen.

Fertig.

## GUTEN APPETIT

wünscht Gemüsehof Lehmann