Champignon-Creme-Suppe

Würzig. Cremig. Aromatisch. Diese Champignonsuppe gibt dir das Gefühl, auf einem Waldspaziergang zu sein, den Regenduft in der Luft zu riechen und das Sonnenlicht durch zahlreiche saftig-grüne Tannen zu spüren. Denn: Mit seinem vollmundigen Aroma vermag es euch in andere Welten zu versetzen. So als habe Mutter Natur persönlich für euch gekocht. Als Pilzeinlage eignen sich dabei besonders Champignons, Pfifferlinge, Steinpilze, und Kräutersaiblinge.

Champignon-Creme-Suppe | Foto: Linda Katharina Klein
Zutaten (4 Portionen): 1 Kilo Gramm Champignons | 500 Gramm Zwiebeln | 25 Gramm (vegane) Butter | 30 Milliliter Olivenöl | 200 Milliliter (vegane) Sahne | 2 Esslöffel Tomatenmark | 1 Liter Hühnerfond oder Gemüsefond | 3-4 Esslöffel Salz | 1 Teelöffel Salz | 100 Milliliter (pflanzliche) Milch

Champignon-Creme-Suppe | Foto: Linda Katharina Klein
Zubereitung (45 Minuten): 1. Zwiebeln schälen und würfeln. 2. Champignons säubern und in Scheiben schneiden. 3. Zwiebeln in Butter andünsten, bis sie glasig sind, dann herausnehmen und bei Seite stellen. 4. Champignons portionsweise anbraten, dann (bis auf ein paar Pilze zur Dekoration) mit den Zwiebeln zurück in den Topf geben. 5. Tomatenmark kurz mitrösten, dann mit Gemüsefond oder Hühnerfond ablöschen. 6. Suppe dreißig Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen. 7. Suppe vom Herd nehmen und weiter verarbeiten oder zum haltbar machen bei 100° Grad 90 Minuten einkochen (bitte beachte dazu auch meine Einkochhinweise). 9. Sahne hinzugeben und die Suppe pürieren. 10. Milch aufschäumen und die Suppe mit Milchschaum und gebratenen Pilzen servieren.

Jetzt noch mehr Gerichte mit Champignons oder gleiche alle Pilzgerichte entdecken!

Jetzt noch mehr Suppenrezepte entdecken!

Nährwerte/Portion: 376 Kalorien | 29 Gramm Fett | 13 Gramm Kohlenhydrate | 15,3 Gramm Eiweiß