
Feine Spinatsuppe mit Knoblauchschaum

(für 4 Personen)



Zutaten

200g	Blattspinat frisch oder tiefgekühlt
50g	Zwiebeln
1	Knoblauchzehe
2 Tl	Butter
1 El	Reismehl
½ Tl	Meersalz, Pfeffer aus der Mühle Muskat frisch gerieben
500ml	Gemüsebrühe
4 El	Sahne
1 Tl	Butter
100ml	Milch

Zubereitung

- Den Blattspinat waschen, die Blätter von den Stielen zupfen und beiseite legen.
- Die Zwiebel fein würfeln und die Knoblauchzehe mit etwas Salz zu einem Mus zerdrücken.
- Die Stiele grob hacken, mit den Zwiebeln und der Hälfte des Knoblauchs in der Butter glasig anschwitzen. Das Reismehl und die Gewürze hinzugeben und farblos anschwitzen. Die Gemüsebrühe angießen, unter ständigem Rühren aufkochen und bei geringer Energiezufuhr 3 Min. quellen lassen und warm halten.

- Inzwischen 2 Spinatblätter in ganz feine Streifen schneiden, die übrigen blanchieren, kalt abschrecken, zusammen mit der Sahne unter die Suppe mixen.
- Die Suppe nochmals abschmecken.
- Die übrige Knoblauchzehe in der restlichen Butter erwärmen, die heiße Milch angießen, aufschäumen und auf die Suppen verteilen.
- Mit den Spinatstreifen garnieren.