



Mangold-Kartoffel-Suppe

Zutaten

Für 4 Personen

750 g vorwiegend festkochende Kartoffeln (z. B. Linda)	1 EL Öl
Salz	1,25 l Wasser
1 mittelgroße Zwiebel	4 TL Instant-Gemüsebrühe
2 Knoblauchzehen	200 g Tomaten
1 (ca. 600 g) Staupe Mangold	40 g Pinienkerne
	150 g Crème légère
	40 g gehobelter Parmesankäse

Zubereitung

1. Kartoffeln schälen, waschen und in Stücke schneiden. Salzwasser zum Kochen bringen. Kartoffeln ca. 15 Minuten darin garen. Zwiebel und Knoblauch schälen und klein schneiden. Mangold waschen. Stiele in Stücke schneiden, Blätter in breite Streifen schneiden.
2. Öl in einen Topf geben und erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Mangoldstiele zugeben und andünsten. Wasser zugießen und das Ganze aufkochen lassen. Anschließend Brühe einrühren. Topf mit Deckel abdecken und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Kartoffeln abgießen.
3. Tomaten waschen, entkernen und in klein schneiden. Pinienkerne in eine Pfanne geben und goldbraun rösten. Zur Seite stellen und Mangoldstreifen zur Suppe geben. Weitere 5 Minuten köcheln lassen.