

# Sauerampfersuppe (Bärlauchsuppe) mit Croutons



Menge	Zutaten	Zubereitung
ca. 200 g	Sauerampfer oder Bärlauch	pflücken, gut waschen
1	Zwiebel	schälen und fein würfeln
20 g	Butter	Butter in einen Topf geben, zuerst die Zwiebeln, dann den Sauerampfer andünsten.
1 EL	Mehl	zugeben, mitdünsten
500 ml	Milch	unter ständigem Rühren zugeben.
	Salz, Pfeffer, Brühekörner	Suppe würzen, ca. 10 Minuten köcheln lassen, dann pürieren und mit der Sahne verfeinern. (evtl. etwas Zitronensaft zugeben)
100 ml	Sahne	
2 Scheiben	Vollkornbrot	Vollkornbrot gleichmäßig würfeln, bei mittlerer Hitze rundherum knusprig braten und etwas würzen. Suppe mit Sahne und Croutons servieren!
20 g	Butter	
	Salz	