



Rezepte aus dem Kulinarium der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen

Spinat-Creme-Suppe

(4 - 6 Portionen)

Menge	Zutaten	Zubereitung
150 g	Frischer Spinat	Den frischen Spinat in reichlich kaltem Wasser waschen, die dicken Stiele, eventuell auch noch bei dicken Rippen in den Blättern, auch diese ausschneiden. Anschließend in kochendes Wasser einlegen, einmal aufkochen lassen. Danach durch ein Sieb abseihen und sofort unter kaltem Wasser nachspülen (blanchieren) und im Sieb abtropfen lassen.
1 2	Mittelgroße Zwiebel Knoblauchzehen	Zwiebel und Knoblauch schälen, in sehr kleine Würfel schneiden.
15 g 150 ml	Butter Trockener Weißwein	Butter in einem Kochtopf schmelzen, zart erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig andünsten, mit Weißwein ablöschen und etwas einköcheln lassen.
600 ml	Brühe	Brühe hinzu gießen und die Suppe erneut ein paar weitere Minuten einkochen lassen, damit die Zwiebeln weich genug werden.
2 geh. TL	Speisestärke	Speisestärke in wenig kaltem Wasser auflösen, mit dem Schneebesen in die Suppe einrühren und einmal aufkochen lassen.
150 ml	Schlagsahne	Schlagsahne hinzu geben, unterrühren, mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat abschmecken.
		Blanchierten Spinat mit der Hand ausdrücken, etwas kleiner schneiden, in den Suppentopf geben und kurz aufkochen lassen.
Etwas 8 EL	Salz, Pfeffer, Muskat Schmand Croutons	Nun das Ganze mit einem Stabmixer pürieren und je nach Bedarf mit etwas Brühe oder Sahne nochmals verdünnen, oder wenn die Spinatsuppe zu dünnflüssig ist, mit etwas zusätzlicher in wenig Wasser angerührter Speisestärke abbinden. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Mit einem Klecks Schmand und den Croutons bestreut servieren.