

## Zucchinisuppe mit Sprossen



### Zutaten für 1 Portion

- 1 Portion Gemüse (Zucchini, Pastinake, 1 EL gewürfelte Zwiebeln)
- 1 Portion Sprossen (z.B. Radieschen- oder Alfalfa-Sprossen)
- Salz und weißer Pfeffer
- 250 ml [Gemüsebrühe](#)
- frisch gehackter Dill

### Zubereitung

Zucchini waschen, schälen, halbieren, die Kerne auskratzen und das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Pastinake putzen, schälen und auch in kleine Würfel schneiden.

Einen Topf ohne Fett erhitzen und darin Zwiebel, Zucchini und Pastinake dünsten.

Mit der Brühe aufgießen und das Gemüse bei mittlerer Hitze etwa 15 Minuten köcheln lassen.

Topfinhalt mit einem Pürierstab pürieren. Suppe mit Salz und Pfeffer würzen. Vor dem Servieren die Sprossen untermischen und den Dill darüber streuen.

**TIPP: Geschälte Zucchini ergeben eine sämige Suppe. Man kann die Zucchini aber auch ungeschält pürieren.**