

Kichererbsensuppe

MIT PAPRIKA UND ESTRAGON



ZUTATEN(für 2 Portionen):

- > 1 EL Erdnuss- oder Sonnenblumenöl
- > 80 - 100 g Zwiebeln, grob gehackt
- > 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- > 4 EL scharfes Ajvar
- > 1 EL Tahini
- > 400 g Kichererbsen
- > **500 ml Cenovis Gemüsebrühe** %
- > 3 - 4 Stängel Estragon, Blätter abgezupft
- > Meersalz und schwarzer Pfeffer



FÜR DAS TOPPING:

- > 1/2 rote Paprikaschote
- > 50 - 60 g Dinkelbackerbsen

CENOVIS GEMÜSEBRÜHE WÜRFEL

Der Klassiker für die moderne Küche

> für 18 l Genussbrühe

3 x 12 Bio Würfel (378 g)
(1 Bio Würfel € 0,16)



STATT 6,39

5,59
/

Vorteils-
packung
ergibt
18 Liter



ZUBEREITUNG:

1. Das Pflanzenöl auf mittlerer Stufe erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch hinzufügen und 2 Min. unter Rühren anschwitzen. Ajvar und Tahini zugeben. Kichererbsen samt Einmachflüssigkeit in den Topf geben und Gemüsebrühe zugießen. Vom Estragon einige Blätter zum Garnieren beiseitelegen. Den restlichen Estragon zur Suppe geben, aufkochen, Deckel aufsetzen und 10 Min. köcheln lassen.
2. Währenddessen die Paprika entkernen und abschälen. Dann Fruchtfleisch fein würfeln.
3. Suppe im Standmixer glatt mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Kichererbsensuppe auf Teller verteilen und mit Paprikawürfeln, Backerbsen und Estragon toppen.

