

# Gänseblümchen-Frühlingssuppe

## ZUTATEN

- 2 Frühlingszwiebeln
- 2 EL Butter
- 1 Tasse Dinkelgrieß
- 2 Handvoll Gänseblümchenblüten
- 1 l Gemüsebrühe ()
- 1 Becher Sauerrahm
- Kräutersalz  
(am besten Gänseblümchensalz)
- frisch gemahlener Pfeffer
- etwas Muskat zum Abschmecken
- 2-4 Scheiben altes Brot

## ZUBEREITUNG

Frühlingszwiebeln klein schneiden und in 1 EL Butter anbräunen. Mit Dinkelgrieß und der Hälfte der Gänseblümchenblüten vermischen, mit Gemüsebrühe langsam aufgießen und leicht einköcheln lassen. Sauerrahm und Gewürze zugeben und alles mit dem Stabmixer cremig pürieren.

Brot oder Vollkornsemmeln fein würfeln und die Brotwürfel in Butter anrösten. Die restlichen Blüten dazugeben, mit Kräutersalz abschmecken und zur Suppe servieren.



IRMI KAISER

# UNKRAUT GENUSS

&

## WILDPFLANZENKÜCHE

100  
Rezepte  
voller  
Geschmack

Mit Fotos von Jacqueline Schmidsberger

KNEIPP  
VERLAG WIEN

