Alena Matrosova– www.stock.adobe.com

Frühlingskräutersuppe

mit Ei und Leinsamen-Nuss-Topping

Zutaten: 4 Portionen

2	Zwiebeln
500 g	Kartoffeln
1 Stange	Lauch
150 g	Brunnenkresse
2 Bund	Kräuter nach Wahl (Petersilie, Schnittlauch, Sauerampfer, …)
6	Radieschen
1 EL	Öl
200 ml	Apfelsaft
800 ml	Gemüsebrühe
50 g	Sauerrahm
2-4	Eier, hartgekocht
1 EL	Leinsamen, geschrotet
2 EL	Nüsse (z.B. Haselnüsse, Mandeln)
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Zwiebeln schälen und fein hacken. Kartoffeln schälen und grob würfeln. Lauch in Ringe schneiden. Brunnenkresse waschen und die kleinen Blätter abzupfen. Die restlichen Kräuter fein hacken. Radieschen in dünne Scheiben schneiden. Zwiebeln, Kartoffeln und Lauch kurz in Öl dünsten lassen. Mit Apfelsaft ablöschen, Brühe hinzugeben. Ca. 20 Minuten köcheln lassen. Kräuter in die Suppe geben, ein paar als Garnierung zur Seite geben. Rahm hinzufügen, Suppe je nach gewünschter Konsistenz pürieren und abschmecken. Eier schälen und halbieren. Suppe mit Kräutern, Radieschen und Eihälften servieren.
Mit Leinsamen und gehackten Nüssen als Topping bestreuen.