

PRODUKTE

🥄 4 PORTIONEN

🕒 30 MIN

2 Pkg. Garden Gourmet
Vegetarische Gemüsebällchen

2 Zwiebeln

500 g Brokkoli

1–2 Kartoffeln (ca. 200 g)

3–4 EL Öl

800 ml Gemüsebrühe

Paprikapulver

2 EL Chiasamen

100 g Babyspinat

Salz

geriebene Muskat

1–2 EL Olivenöl

evtl. Micro-Greens zum Garnieren

Diese leckere Kombination mit Garden Gourmet Vegetarische Gemüsebällchen und verschiedenen Gemüsesorten lassen Veggie Herzen höher schlagen. Die Veggie-Soup lässt sich leicht zubereiten und schmeckt köstlich!

EMPFOHLENE ZUBEREITUNG**1. Zutaten schneiden**

Zwiebeln schälen und fein würfeln. Brokkoli waschen und in kleinen Röschen vom Strunk schneiden. Kartoffeln schälen, waschen und würfeln.

2. Gemüse dünsten

1–2 EL Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln darin ca. 3 Minuten andünsten. Kartoffeln und Brokkoli zufügen und kurz andünsten. Mit Gemüsebrühe ablöschen, aufkochen und ca. 15 Minuten köcheln.

3. Garden Gourmet Gemüsebällchen zubereiten

2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Garden Gourmet Gemüsebällchen in der Pfanne nach Packungsanweisung zubereiten. Mit Paprikapulver bestreuen. 1 EL Chiasamen darüber streuen und kurz mitbraten.

4. Suppe pürieren

Spinat verlesen und waschen. Spinat zur Suppe geben und kurz erhitzen. Suppe mit einem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Muskat abschmecken.

5. Es kann angerichtet werden!

Suppe in Schalen verteilen. Garden Gourmet Gemüsebällchen darin verteilen. Mit Olivenöl beträufeln und 1 EL Chiasamen bestreuen. Evtl. mit Micro-Greens garnieren.

**ENTDECKE NOCH MEHR REZEPTE AUF
GARDENGOURMET.DE**