



## Benötigte Zutaten

1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
2 EL	Weizenmehl
1 l	Gemüsebrühe
1	Kartoffel
150 g	Bärlauch
125 ml	<b>Premium Schlagobers</b>
	Salz
etwas	Muskatnuss

## Bärlauchsuppe

Die Bärlauchsuppe ist eine aromatische Suppe, die einfach zuzubereiten ist und den Geschmack des Frühlings auf den Teller bringt. Frischer Bärlauch, auch Wilder Knoblauch genannt, sorgt für ihr würziges Aroma in der Frühlingsküche.

### Anleitung

1. Die Zwiebel und den Knoblauch klein hacken und in etwas Öl glasig dünsten.
2. Das Mehl zügig einrühren und mit der Gemüsebrühe ablöschen.
3. Die Kartoffel schälen, klein würfeln und bissfest kochen lassen.
4. Nun wird den sauberen, grob gehackten Bärlauch zur Suppe hinzufügen und nochmals ein paar Minuten kochen.
5. Schlagobers einrühren und die Suppe vor dem Servieren noch fein pürieren.
6. Geschmacklich mit den Gewürzen abrunden.

## Tipps für würzige Ergänzungen

Eine Prise Muskatnuss und ein Spritzer Zitronensaft runden das Aroma ab. Wer es etwas schärfer mag, kann mit Chiliflocken nachwürzen.

## Mehr Inspiration mit Bärlauch

Bärlauch lässt sich vielseitig in der Frühlingsküche einsetzen: ob herzhaft, cremig oder raffiniert kombiniert. Weitere Rezeptideen mit Bärlauch:

[Schupfnudeln auf Bärlauch-Frischkäsesauce](#)

[Topfenknödel mit Bärlauch- bzw. Kräutersauce](#)

[Käsespätzle mit Bärlauch und Schinken](#)

*SalzburgMilch*



Ein Rezept von  
[food-stories.at](https://www.food-stories.at)