

Für Leib...

# Rucolacremesuppe

(für 2 Personen)

## Zutaten:

2 Handvoll gewaschenen Rucola-Salat  
1 kleine Zwiebel in feine Würfel  
etwas Sonnenblumenöl  
1 El. Mehl  
½ Liter Hühnerbrühe oder  
Gemüsebrühe  
50 ml Sahne  
Salz und Pfeffer



## Zubereitung:

Die Zwiebelwürfel in Sonnenblumenöl in einem Topf glasig anschwitzen.  
Den Rucola dazugeben und leicht mit anschwitzen.  
Mehl dazugeben und ebenfalls anschwitzen.  
Nun die heiße Brühe dazugeben und alles aufkochen lassen.  
Mit einem Schneebesen verrühren, damit die Suppe nicht anbrennt.  
Kräftig abschmecken mit Salz und Pfeffer. Zum Schluss die Sahne kurz mit aufkochen und heiß servieren. Nach Belieben: mit gerösteten Speckwürfel obenauf servieren.

*Gutes Gelingen und guten Appetit!*

...und Seele!

Mach Anderen Freude!  
Du wirst erfahren,  
dass Freude freut.

Friedrich Theodor Vischer