

---

# Zwiebel-Lauch-Suppe



## Zutaten und Zubereitung "Zwiebel-Lauch-Suppe"

**Zubereitungszeit:** 8-10 Minuten

**Kochzeit:** ca. 25 Minuten

### Zutaten für 2 Portionen:

- 2 mittelgrosse Zwiebeln ca. 200 g – schälen und in feine Streifen schneiden
- ½ Lauch (Grün) ca. 100 g – halbieren, waschen und in feine Streifen schneiden
- ½ Knoblauchzehe – schälen und in feine Streifen schneiden
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL Tomatenmark
- 1 EL Kichererbsenmehl
- 600 ml Gemüsebrühe
- Kristallsalz
- Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- ½ TL Bockshornkleepulver

### Zubereitung:

Das Öl in eine Pfanne geben, Zwiebeln, Lauch und den Knoblauch darin anbraten.

Mit Tomatenmark verfeinern und gut und kräftig unter das Gemüse verteilen.  
Bockshornkleepulver dazu geben, mit der Gemüsebrühe auffüllen und ca. 20-25 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.