

STAND: JULI 2016

Kartoffelsuppe mit Majoran



Zutaten

1 Portion

1 Beutel	Calshake® Neutral
240 ml	Vollmilch, 3,5 %
200 ml	Fresubin® 2 kcal DRINK Neutral
200 g	Kartoffeln (3 mittelgroße), küchenfertig
120 ml	Fleischbrühe
15 g	Zwiebeln
20 g	Schinkenspeck
	Salz, Muskat, Majoran, Pfeffer

Zubereitung

Calshake® Neutral mit der Milch im Shaker aufschütteln. Die geschälten Kartoffeln in der Brühe garen. Schinkenspeck in kleine Würfel schneiden und bei mäßiger Temperatur braten, bis er etwas Farbe bekommt. Die kleingewürfelten Zwiebeln hinzugeben und ebenfalls leicht anbraten. Zu den gegarten Kartoffeln das aufgeschüttelte Calshake® Neutral geben und mit einem Pürierstab zerkleinern. Den Schinkenspeck, die Zwiebeln und den Fresubin® 2 kcal DRINK Neutral hinzufügen, erhitzen und abschmecken. Die Suppe anrichten und mit etwas frischem Majoran garnieren.

Tipp

Geben Sie geschnittene Wiener Würstchen in die Suppe.

Nährwerte pro Portion:

Energie	875 kcal
Eiweiß	21,7 g
Kohlenhydrate	97,3 g
Fett	36,4 g