



# Herzhafte Brokkoli-Cheddar-Suppe,

dazu ein knuspriges Kräuterbutter-Baguette



## HELLO CLEAN BRÜHE

Was bedeutet „Clean Gemüsebrühe“?  
Ganz einfach: Sie ist ohne Hefen und Geschmacksverstärker und enthält außerdem kein Reismehl, Maismehl oder Trennmittel.



Brokkoli



Steinofenbaguette



geriebener Cheddar



Kerbel



Zwiebel



Karotte



Weizenmehl



Schnittlauch



Vollmilch



Gemüsebrühe



Limette



Cayennepfeffer



Petersilie

30 Minuten

Stufe 2

Veggie

leichter Genuss

Zeit sparen

Falls Dir heute danach ist, Dich glücklich zu löffeln, dann haben wir für diesen Zweck das perfekte Rezept zur Hand. Unsere herzhafte Brokkoli-Cheddar-Suppe ist wunderbar cremig, macht Dich satt und zufrieden und enthält außerdem eine gute Portion **Ballaststoffe**. Damit es auch etwas Leckeres zu Kauen gibt, bereitest Du Dein eigenes Kräuterbutter-Baguette zu, das Du duftend und frisch aus dem Backofen zur Suppe genießt. Guten Appetit!

# LOS GEHT'S

Wasche **Obst, Gemüse** und **Kräuter** ab. Erhitze **350 ml [525 ml|700 ml]** Wasser im **Wasserkocher**. Heize den **Backofen** auf **200 °C** Ober-/Unterhitze (**180 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **1 kleine Schüssel**, **1 großen Topf**, eine **Gemüsereibe**, einen **Pürierstab**, **Backpapier** und ein **Backblech**.



## 1 GEMÜSE SCHNEIDEN

**Zwiebel** abziehen und klein schneiden. **Karotte** schälen und grob raspeln. **Brokkoli** in Röschen schneiden.



## 2 MEHLSCHWITZE ZUBEREITEN

In einem großen Topf **Butter\*** bei mittlerer Hitze schmelzen lassen. **Mehl** hinzugeben und alles gut verrühren. Mit **Milch** und heißem **Wasser\*** ablöschen und unter Rühren einmal aufkochen lassen.



## 3 GEMÜSE ZUR SUPPE GEBEN

**Zwiebelstücke, Brokkoliröschen** (eine Handvoll Röschen beseitigen) und geriebene **Karotte** in den Topf geben und alles zusammen für 8 – 10 Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis das **Gemüse** weich ist. Restliche **Brokkoliröschen** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen (etwas Platz für das Baguette lassen) und im Backofen für 10 Min. rösten, bis sie weich sind.



## 4 FÜR DAS KRÄUTERBAGUETTE

Blätter von **Kerbel** und **Petersilie** abzupfen und fein hacken. **Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden. In einer kleinen Schüssel **Butter\***, **Salz\***, gehackten **Kerbel**, **Petersilie** und **Schnittlauchröllchen** vermengen. **Baguette** im Abstand von 2 cm einschneiden. In jeden Einschnitt etwas **Kräuterbutter** hineingeben, bis diese aufgebraucht ist. **Kräuterbaguette** mit in den Backofen geben und für 5 – 8 Min. knusprig aufbacken.



## 5 SUPPE VOLLENDEN

**Geriebenen Cheddar**, **Gemüsebrühe** und **Cayennepfeffer** (**Vorsicht: scharf!**) zur **Suppe** geben und alles mithilfe eines Pürierstabes zur gewünschten Konsistenz pürieren. **Limette** halbieren. **Suppe** nach Belieben mit etwas **Limettensaft**, **Salz\*** und **Pfeffer\*** abschmecken.



## 6 ANRICHTEN

**Brokkoli-Cheddar-Suppe** auf tiefe Teller verteilen, mit gerösteten **Brokkoliröschen** dekorieren und zusammen mit **Kräuterbaguette** genießen.

# 2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Zwiebel DE	1	1½ ☞	2
Karotte NL	1	1½ ☞	2
Brokkoli	1	1½ ☞	2
Weizenmehl 1)	25 g	38 g ☞	50 g
Vollmilch (3,8 % Fett) 7)	250 ml	375 ml ☞	500 ml
Kerbel/Petersilie/Schnittlauch	20 g	30 g	40 g
Steinofenbaguette 1)	1	1½ ☞	2
geriebener Cheddar 7)	50 g	75 g ☞	100 g
cleane Gemüsebrühe 15)	4 g	6 g ☞	8 g
Cayennepfeffer 15)	1 g	1,5 g ☞	2 g
Limette BR	1	1½ ☞	2
Butter* 7)	je 2 EL	je 3 EL	je 4 EL
heißes Wasser*	350 ml	525 ml	700 ml
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

\* Gut, im Haus zu haben.  
☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 700 g)
Brennwert	419 kJ/100 kcal	2816 kJ/670 kcal
Fett	3 g	18 g
– davon ges. Fettsäuren	2 g	10 g
Kohlenhydrate	15 g	96 g
– davon Zucker	3 g	20 g
Eiweiß	5 g	32 g
Ballaststoffe	2 g	11 g
Salz	1 g	3 g

## ALLERGENE

1) Weizen 7) Milch  
15) kann Spuren von Sellerie und Senf enthalten

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

## URSPRUNGLÄNDER

BR: Brasilien, DE: Deutschland, NL: Niederlande

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de  
AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

# Guten Appetit!