



EIN  
REZEPT VON  
ANDREA S.C.  
STUDER

## Zubereitungszeit

aktiv: 20 Minuten

insgesamt: 45 bis 50 Minuten

## Zutaten für 4 Portionen

### Suppe

1 EL Olivenöl,  
2 Schalotten, gehackt,  
500 g Erbsen, ggf. TK,  
100 ml Weißwein,  
700 ml Gemüsebrühe,  
1 Bund Kerbel,  
150 ml Sahne,  
1 Bund Minze

### Stangen

½ Blätterteig, frisch,  
2 EL Chiliflakes,  
4 EL Mandeln, gehackt,  
4 EL Parmesan, gerieben,  
2 Eigelb

### Nährwert pro Portion:

19 g Eiweiß, 38 g Fett,  
38 g Kohlenhydrate, 2 g Alk,  
584 kcal

## Frühlingserwachen-Suppe mit Chili-Blätterteig-Stangen

### Zubereitung:

Schalotten und Erbsen in Olivenöl andünsten, mit Wein angießen und einkochen. Brühe dazugeben und 15 Minuten kochen.

Kerbel waschen, Blätter grob abzupfen, dazugeben und alles fein pürieren, abschmecken. Auf Teller verteilen.

Sahne halbsteif schlagen, salzen. Fein gehackte Minze darunterheben und je ein EL auf die Suppenteller verteilen.

Blätterteig ausrollen, längs halbieren, mit Chiliflakes, fein gehackten Mandeln und Parmesan bestreuen und einrollen. In 10 cm lange Stangen schneiden.

Ofen vorheizen, Stangen mit Eigelb bestreichen und bei 200 °C 12–15 Minuten knusprig backen.

Zusammen mit der heißen Suppe servieren.