

# Erbsensuppe mit Artischocken (laktosefrei)

## Zutaten:

400 g Erbsen  
200 g Artischockenherzen  
3 Knoblauchzehen  
4 EL gehackte Petersilie  
1,5 l Fleischbrühe  
2 EL Olivenöl  
Salz, Pfeffer

## Zubereitung:

- Knoblauch sehr fein hacken.
- Artischockenherzen vierteln.
- Gehackten Knoblauch im Öl goldbraun anbraten.
- Artischocken kurz mitdünsten.
- Erbsen und 2 EL Petersilie untermengen.
- Die Fleischbrühe zugießen.
- Bei kleiner Hitze zugedeckt etwa 10 – 15 Minuten köcheln lassen.
- Vor dem Servieren mit den Gewürzen abschmecken.
- Auf Tellern anrichten und mit der Restpetersilie überstreuen.