

Knoblauchsuppe (laktosefrei)

Zutaten:

250 g Erbsen (TK)
5 Knoblauchzehen
1 kleine Zwiebel
750 ml Hühnerbrühe
2 EL Olivenöl
Petersilie
Salz, Pfeffer, Worcestersauce

Zubereitung:

- Zwiebel und Knoblauch fein hacken.
- Beides im Öl glasig dünsten.
- Brühe zugießen und aufkochen lassen.
- Erbsen zugeben und 15 Minuten kochen.
- Mit Salz, Pfeffer und Worcestersauce abschmecken.
- Mit klein gehackter Petersilie bestreut servieren.