

Gemüsesuppe mit Hafer

Zutaten (für 4 Personen)

300 g	Möhren
250 g	Porree
120 g	Zwiebel
240 g	Tomaten
400 g	Zucchini
150 g	rote Paprika
1 EL	Paprikapulver
20 ml	Rapsöl
120 g	Haferkörner
800 ml	Gemüsebrühe
	frische Kräuter, gehackt

Zubereitung:

1. Das Gemüse putzen. Die Möhren in Streifen, Porree und Zwiebeln in Ringe schneiden. Die Tomaten, Paprika und Zucchini in Würfel schneiden.
2. Die Zwiebelringe in Rapsöl anschwitzen, die restlichen Zutaten bis auf die frischen Kräuter dazu geben und ebenfalls kurz anschwitzen. Mit der Gemüsebrühe ablöschen, aufkochen lassen und die Suppe so lange köcheln lassen, bis der Hafer gar ist.
3. Die Suppe nochmals abschmecken und auf Tellern anrichten. Mit den gehackten Kräutern bestreut servieren.

Guten Appetit!