



# Hochzeitssuppe



## Zutaten

### Für die Brühe

200 g	Knollensellerie
2	Möhren
1 Stange	Lauch
1	Zwiebel
25 g	Butter
2 l	Gemüsebrühe
4 Stangen	weißer Spargel
250 g	Erbsen, TK
1	Zitrone
1 TL	Zucker
1 EL	Salz
1/2 Bund	Petersilie

### Für die Fleischbällchen

250 g	gemischtes Hackfleisch
2 EL	Hühnerbrühe
1	Ei
150 g	Semmelbrösel
1 EL	Pflanzenöl
1 EL	Wasser
25 g	Butter

## Rezeptinfo

### Zutaten für 4 Portionen

Zubereitungszeit: 45 Min.

pro Portion: 2812 kJ, 672 kcal, 65 g Kohlenhydrate, 33,5 g Eiweiß, 37,5 g Fett, 163 mg Cholesterin, 14,8 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: € €

## Zubereitung

Die Bundesländer-Challenge geht in die nächste Runde! Für die bunte Küche Niedersachsens entdecken wir in der Black Box viel Gemüse, Zitrone, Petersilie, Brühe, Butter, Hackfleisch und Eier – das klingt nach einem echten Klassiker: der Hochzeitssuppe. Noch heute kommt sie zu besonderen Anlässen auf den Tisch. Aber bevor du die Suppe auslöffeln kannst, heißt es erstmal schnippeln! Das Gemüse dann in Butter anbraten, TK Erbsen und Brühe hinzufügen und köcheln lassen. Für die Fleischbällchen vermischt du die Zutaten, formst kleine Bällchen und brätst sie in der Pfanne an. Etwas Zitrone verleiht der Suppe den besonderen Frischekick. Verteile Fleischbällchen und Gemüsesuppe auf Suppenteller, streue etwas gehackte Petersilie darüber und genieße Löffel für Löffel!

### Step 1:

Für die Brühe zunächst die Knollensellerie und die Möhren schälen und fein würfeln. Den Lauch waschen und in feine Ringe schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Stelle die Hälfte der Zwiebeln zur Seite – diese werden für die Fleischbällchen benötigt.

### Step 2:

In einem Topf die Butter erhitzen und darin das geschnittene Gemüse anschwitzen. Sobald das Gemüse etwas Farbe bekommen hat, gießt du die Gemüsebrühe auf. Lasse die Brühe für ca. 15 Minuten köcheln. In der Zwischenzeit den Spargel schälen, die holzigen Enden entfernen und in mundgerechte Stücke schneiden. Nach 15 Minuten den Spargel sowie die TK-Erbsen dazugeben.

### Step 3:

In einer Schüssel verknetest du gemischtes Hackfleisch, Hühnerbrühe, Ei und Semmelbrösel für die Fleischbällchen zu einer festen Masse. Forme sehr kleine Bällchen daraus und brate sie in einer Pfanne in Pflanzenöl an. Gib einen Esslöffel Wasser dazu und setze einen Deckel auf die Pfanne. Sobald sie gar sind, die Butter dazugeben und die Fleischbällchen darin schwenken, bis sie von allen Seiten glänzen.

### Step 4:

Schmecke die Suppe mit dem Saft einer halben Zitrone, etwas Zitronenabrieb, Zucker und Salz ab. Hacke die Petersilie und gib sie ebenfalls in die Suppe. Die Fleischbällchen in einen Suppenteller legen und mit der heißen Gemüsebrühe übergießen.