

## Chefkoch Ramon Waser empfiehlt: **Schwarzwurzelcremesuppe mit Rucolapesto**



**mehr Kochtipps:**  
[lifechannel.ch/kochtipp](http://lifechannel.ch/kochtipp)

### Zubereitung

- Rucola mit den Knoblauchzehen, Pinienkernen und dem Rapsöl in einem Mixbecher gut pürieren
- Sbrinz dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken
- Schwarzwurzel rüsten und in gleichmässige Stücke schneiden
- Zwiebeln in grobe Würfel schneiden
- Butter in einem Kochtopf erhitzen
- Zwiebeln im Kochtopf andünsten, Schwarzwurzeln begeben und mitdünsten
- Mit dem Weissmehl bestäuben und kurz andünsten
- Mit dem Weisswein ablöschen und kurz einreduzieren
- Gemüsebouillon und Milch begeben und die Suppe zum Siedepunkt bringen
- Die Suppe ca. 30 Minuten leicht sieden

### Zutaten

- 250 g *Schwarzwurzeln*
- 40 g *Zwiebeln*
- 30 g *Butter*
- 30 g *Weissmehl*
- 100 g *Weisswein*
- 500 g *Gemüsebouillon*
- 250 g *Vollrahm*
- 250 g *Milch*
- Salz, Pfeffer*
  
- 60 g *Rucola*
- 2 *Knoblauchzehen*
- 30 g *Pinienkerne*
- 40 g *Sbrinz*
- 150 g *Rapsöl*
- Salz, Pfeffer*



Radio Life Channel  
Witzbergstrasse 23  
CH-8330 Pfäfers  
Tel. 044 953 35 35  
E-Mail: erf@perf.ch

lifechannel.ch

- Mit einem Stabmixer die Suppe pürieren und durch ein Sieb passieren
- Vollrahm dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken
- Die Suppe auf vier Teller verteilen und etwas Rucolapesto darüber träufeln