

## Avocado-Spargelcremesuppe für 4 Portionen



### Zutaten:

1kg grüner Spargel  
1 Avocado  
1 kleine Schalotte, 1 Knoblauchzehe  
20g Butter, 5EL süße Sahne, 80g Creme fraiche  
25g Kartoffelstärke  
1EL Zitronensaft

### Zubereitung:

750g Spargel waschen, schälen, in 2cm lange Stücke schneiden.  
1l Wasser in einem Topf mit 1 Prise Salz zum Kochen bringen und den Spargel 15Min. bei geringer Hitze kochen.

Spargel in der Spargelbrühe abkühlen lassen (ca. 4 Std.). Spargelschalen herausnehmen.  
Brühe mit den Spargelstücken pürieren und durch ein Sieb gießen (Volumen = 1,2l).

Die Schalotte in sehr kleine Würfel, ca. 3mm schneiden.  
In einer Pfanne 20g Butter heiß werden lassen und Schalotte darin leicht andünsten.  
Knoblauchzehe pressen und zufügen. Pürierte Spargelbrühe frisch zugießen.

Creme fraiche zufügen. Mit 1 Prise Salz und 1 Prise gekörnte Brühe würzen. Zum Kochen bringen und Kartoffelstärke mit etwas Spargelbrühe verrühren; die Suppe eindicken.

Die restlichen 250g Spargel schälen, in 2cm lange Stücke schneiden und 15Min. in der Suppe bei geringer Hitze garen lassen.

Die Avocado halbieren, den Kern entfernen, schälen und das Fruchtfleisch pürieren.

Kurz vor Ende der Garzeit unter die Suppe geben.

Mit 1 Prise Salz und 1 Prise gekörnte Brühe und 1 EL Zitronensaft würzen und abschmecken.

5 EL süße Sahne zufügen und gut verrühren.