



Apfel-Sellerie-Suppe mit Pastinaken

Text und Bild: Schweizerischer Bäuerinnen- und Landfrauenverband (SBLV) | www.landfrauen.ch

Zutaten

Zutaten für 6 – 8 Personen

200 g Äpfel
200 g Sellerie
200 g Pastinaken
1 Zwiebel
1 dl Wermut
6 dl Bouillon
½ TL Curry
Salz, Pfeffer, Muskatnuss
½ - 1 dl Rahm

Zubereitung

Äpfel, Sellerie und Pastinaken waschen, rüsten und in Würfel schneiden. Die Zwiebel fein hacken. Wenig Rapsöl in einer Pfanne erwärmen und das vorbereitete Gemüse darin andünsten. Mit dem Wermut ablöschen und etwas einkochen lassen. So viel Bouillon dazugeben, bis das Gemüse knapp bedeckt ist. Zugedeckt weichkochen und anschliessend pürieren. Mit so viel Bouillon wie nötig zu einer geschmei-

digen Konsistenz verlängern. Erwärmen bis knapp vor den Siedepunkt. Mit Curry, Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Nach Belieben Rahm zum Abschmecken zugeben. In die vorgewärmten Teller verteilen und nach Lust und Laune mit Rahm und Apfelschnitzen garnieren.

Tipp: Anstelle von Pastinaken können Kartoffeln verwendet werden. ■

Rezeptbäuerin



Trudi Berchtold
Giswil (OW)

Seit Herbst 2023 ist Trudi in der Kommission Ernährung und Hauswirtschaft des SBLV. Sie ist gelernte Handarbeits- und Hauswirtschaftslehrerin und Unterrichten ist ihre Leidenschaft. Gibt es doch nichts Schöneres als in begeisterte Kinder Augen zu blicken, wenn ihnen ein Gericht gelingt oder sie etwas Kreatives mit ihren Händen herstellen können. Ihr ist es ein Anliegen, dass die handwerklichen Fächer in der Volksschule ihren Stellenwert behalten.

Daneben bewirtschaftet sie mit ihrem Mann und ihren drei Kindern einen 3-Stufen-Milchwirtschaftsbetrieb im Herzen der Schweiz. Im Nebenerwerb unterhalten sie einen Baggerbetrieb mit dem Schwerpunkt Grabarbeiten und Drainageunterhalt. So vielfältig wie ihr Alltag ist auch ihre Küche. Immer wieder halten neue Rezepte Einzug in ihren Menüplan. Vor allem mit frischen Produkten aus ihrem Garten experimentiert sie gerne.

Mehr Rezepte auf www.ufarevue.ch/rezepte