FRANZÖSISCHE ZWIEBELSUPPE

VEGETARISCH

Lecker deftig: Unsere französische Zwiebelsuppe eignet sich als Vorspeise und Hauptgericht gleichermaßen gut.

Schwierigkeitsgrad	Arbeitszeit	Anlass
Mittel	20 Minuten	Hauptgericht

Zutaten für 2 Protionen:

- 1 EL biozentrale Olivenöl
- 4 große Zwiebeln
- 2 EL Weizenmehl
- 1200 ml biozentrale Gemüsebrühe ohne Hefezusatz
- 3 Zweige Thymian
- 180 g Hartkäse
- 2 Scheiben dunkles Brot
- Salz & Pfeffer zum Würzen

Zubereitung

1. Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Bei mittlerer Hitze in Olivenöl ca. 8 Minuten anschwitzen bis sie glasig sind.
2. Das Mehl darüber streuen und 2 Minuten mitbraten.
3. Die Brühe in heißem Wasser auflösen und die Zwiebeln damit ablöschen. Mit Salz und Pfeffer gut würzen und den Thymian hinzugeben.
4. Bei mittlerer Hitze 20 Minuten köcheln lassen.
5. In der Zwischenzeit den Ofen auf 180 °C vorheizen. Den Käse fein reiben. Auf einem Backblech Backpapier auslegen und aus dem geriebenen Käse Taler formen. Für ca. 10-12 Minuten backen, anschließend abkühlen lassen.
6. Das Brot in dickere Scheiben schneiden und toasten. Auf die Größe der ofenfesten Suppenschalen zuschneiden.
7. Die Suppe in ofenfeste Schüsseln geben, die Brotscheiben draufgeben und einen Käse-Taler drauflegen. Für ca. 10 Minuten im vorgeheizten Backofen backen und heiß servieren.

WIR WÜNSCHEN EINEN GUTEN APPETIT!

www.biozentrale.de