

## ZUCCHINISUPPE MIT KARTOFFELN UND KAROTTEN

Zutaten für 1-2 Portionen

- 1 mittelgroße Kartoffel
- ½ Zucchini
- 1 große Karotte
- 1 TL Joghurt
- Frische Kräuter: Petersilie, Schnittlauch
- Salz, Pfeffer

Kartoffel und Karotte schälen, waschen und in grobe Stücke schneiden. Zucchini waschen und ebenfalls in grobe Würfel schneiden. In einen Topf etwas Wasser geben, so dass der Boden ca. 2 cm bedeckt ist und dann das Gemüse hineingeben. Das Gemüse ca. 15 -20 Minuten weichkochen. Den Topf anschließend vom Herd nehmen, das gekochte Gemüse pürieren bis keine sichtbaren Stücke mehr sichtbar sind. Die pürierte Masse wieder zurück in den Topf geben und so viel Wasser hinzugeben, bis die Suppe die gewünschte Konsistenz hat. Die Suppe nochmal aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die frischen Kräuter waschen, fein schneiden und zur Suppe geben. Die fertige Suppe in einen Teller füllen und als Topping - 1 TL Joghurt

