

# Zucchinicremesuppe mit Basilikum

4-Personen

---

## Zutaten:

- 1 - EL Rapsoel kaltgepresst
- 2 - Knoblauchzehen gehackt
- 4 - mittelgrosse Zucchini, 600 – 800 gr.
- 1 - liter Gemüsebouillon fettfrei
- 1 - dl Rahm
- 1 - Bund Basilikum frisch
- 1 - Bund Petersilie glattblättrig
- etwas - Kräutermeersalz
- etwas - Pfeffer aus der Mühle
- 2 - Zitronen, unbehandelt, wenig abgeriebene Schale
- etwas - Dill, frisch für die Garnitur
- wenig - Limonenoel, nach Belieben

## Zubereitung:

Zucchini beidseitig kappen, mit Schale auf der Röstiraffel grob reiben, oder klein würfeln.  
Basilikumblätter von den Stielen zupfen und in Streifen schneiden, Petersilie von den Steilen zupfen und hacken.

Knoblauch und Zucchini im Rapsoel andünsten, mit Gemüsebrühe ablöschen und aufkochen.  
Bei schwacher Hitze 10-Minuten köcheln lassen.

Suppe nach Zugabe von Rahm, Basilikum und Petersilie pürieren.

Zuchinisuppe erhitzen, mit Kräutersalz, Pfeffer und Zitronenschalen abschmecken und in vorgewärmte Teller oder Suppentassen anrichten.

Mit frischem Dillzweig garnieren und nach Belieben mit Limonenoel beträufeln.

**Variante:** Zucchini durch geschälte und entkernte Freilandgurken ersetzen.