



# Buttermilchbonnezup

500 ml Buttermilch  
500 ml Milch  
30 g Butter oder Margarine  
300 g Kartoffeln  
2 TL Salz  
½ TL Pfeffer  
1 Dose oder Glas grüne Bohnen (werden frische Bohnen benutzt, müssen diese vorher blanchiert werden).

Die Kartoffeln schälen, klein schneiden und in wenig Wasser weich kochen. Das Wasser abgießen, das Fett hinzufügen und die Kartoffeln mit einem Stampfer zum Püree stampfen. Die Milch unterrühren und die Suppe erhitzen. Jetzt die Buttermilch dazugeben (nicht mehr kochen lassen). Zum Schluss die abgetropften Bohnen in die Suppe geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Rezept und Foto  
Dipl.oec.troph. Anja Roth  
[www.praxis-ernaehrung.de](http://www.praxis-ernaehrung.de)

