

## Maiscremesuppe

von Iris Berger

1 Glas Mais (230g Abtropfgewicht)  
1 Kartoffel  
1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
2 T Sojamilch  
1/2 T warmes Wasser  
1 geh. TL Gemüsebrühpulver  
1 Pr Pfeffer  
1 Pr Salz  
etwas Öl

- Kartoffel und Zwiebel schälen und fein würfeln und zusammen in Öl 5 min anbraten.
- Unterdessen Knoblauchzehen schälen und in Scheibchen schneiden, eine Minute mitbraten.
- Gemüsebrühpulver im Wasser auflösen.
- Gemüsebrühe und Sojamilch in den Topf gießen.
- Pfeffer und Salz dazu.
- 15 min köcheln lassen, öfter umrühren (Achtung, brennt leicht an oder kocht über).
- Mais abgießen, zur Suppe geben und diese gründlich pürieren.