

# **Brigitte Diät Rezept**

**Beitrag von „Musikmaus“ vom 20. September 2006 22:07**

Brigitte Diät-Kochbuch hab ich auch nicht, aber das Rezept für eine ganz normale Kartoffelsuppe.

Du nimmst Kartoffeln, Karotten, Lauch, Sellerie und Zwiebel, das wird gewürfelt und in Wasser weich gekocht. Wenn weich, dann gleich mit Wasser im Topf püriert. Ein Schuss Ketchup dazu (du kannst auch frische Tomaten mitkochen, statt Ketchup rein zu tun), würzen mit Brühwürfel (oder Salz und Pfeffer) und Majoran. Dann wird das ganze noch mit einem halben Becher Schmand verfeinert (muss man aber nicht), je nach Laune kannst du noch ein paar Wiener-Würstchen reinschneiden.

Von der Menge her, kann ich leider nicht viel sagen. Ich mache das immer nach Gefühl. Sellerie eher sparsam, nicht mehr als eine Achtel Knolle. Sonst ist der Geschmack zu intensiv. Ich gefriere den Rest immer als Achtelstücke ein, damit ich für die nächste Kartoffelsuppe was da hab.