

Kokos-Suppe mit Mango und Garnelen-Spieß

Für zwei Personen

Für die Garnelenspieße:

3 Riesen-Garnelen 1 Knoblauchzehe Salz, Pfeffer

Für die Kokossuppe:

1 Flugmango	1 Limette	1 Zwiebel
1 Knoblauch	1 Stange Zitronengras	1 Chilischote
100 g Zuckerschoten	150 g Karotten	20 g Ingwer
300 ml Kokosmilch	350 ml Hühnerfond	1 EL Butter
1 EL Sesam, schwarz	1 g Safranfäden	Cayennepfeffer
Speisestärke	Rapsöl, Salz, Pfeffer	

Die Mango schälen, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Einige Mangowürfel für die Suppeneinlage beiseite stellen. Die Limette, das Zitronengras, die Chilischote waschen und abtupfen. Die Chilischote halbieren und die Hälfte klein hacken, den Ingwer schälen und klein hacken, das Zitronengras andrücken, damit die Ätherischen Öle abgegeben werden können, anschließend Chili, Zitronengras und Ingwer in einer Pfanne mit etwas Rapsöl anbraten. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und sehr klein hacken. Die Karotten schälen und klein schneiden. Das Rapsöl im Topf erhitzen, die Zwiebel, den Knoblauch und die Karotten darin anbraten, mit dem Hühnerfond ablöschen, die Kokosmilch dazu gießen, die Mangostücke und den angebratenen Ingwer, Chili und Zitronengras unterrühren und etwa 8 Minuten köcheln lassen. Die Garnelen schälen, entdarmen, mit einer Knoblauchzehe einreiben und auf einen Schaschlikspieß stecken. In einer Pfanne etwas Rapsöl erhitzen und den Garnelenspieß darin braten, bis die Garnelen noch glasig sind. Anschließend mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen. Die Limette auspressen und den Saft in die Suppe rühren. Den Safran in einem Tropfen Wasser lösen und ebenfalls in die Suppe rühren. Anschließend mit Salz, Pfeffer würzen und mit dem Stabmixer pürieren. Nach Wunsch mit Speisestärke andicken und die Mangowürfel unterrühren. Die Zuckerschoten waschen und trocken tupfen. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zuckerschoten darin kurz anbraten, den schwarzen Sesam mit anrösten. Die Kokossuppe in einer Schüssel anrichten mit den Sesam-Zuckerschoten garnieren, den Garnelenspieß über den Teller legen und servieren.

Susanne Huber am 12. August 2014