

Yin und Yang Suppe

Für zwei Personen

1 reife Mango	35 g junge Erbsen	400 ml Kokosmilch
$\frac{1}{2}$ Bund Frühlingszwiebeln	1 Zehe Knoblauch	20 g Ingwer
$\frac{1}{2}$ Stange Zitronengras	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	1 rote Chili
2 Zitronenblätter	2 g Safran	1 EL Sesamöl
Salz		

Die Frühlingszwiebeln abziehen, den Ingwer schälen und beides fein hacken. Den Knoblauch ebenfalls abziehen und zusammen mit dem Zitronengras zerdrücken, sodass die Aromen austreten. Alles zusammen in eine Pfanne mit etwas Sesamöl geben und darin anschwitzen. Die Zitronenblätter dazugeben und fünf Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Die Kokosmilch ebenfalls dazugeben weitere zehn Minuten kochen lassen. Das Zitronengras herausnehmen und den Rest mit einem Pürierstab pürieren.

Die Mango schälen, vom Kern befreien und kleinschneiden. Die Grundsuppe in zwei Töpfe aufteilen und zu einer die Mango dazugeben. Den Safran dazugeben und erneut pürieren.

Im zweiten Topf die Erbsen weichkochen. Den Koriander waschen, trocken schütteln und vom Stiel abzupfen. Zusammen mit der Chili fein hacken und mit in den Topf geben. Ebenfalls erneut pürieren.

Mit zwei Schöpfkellen beide Suppen gleichzeitig in den Teller gießen, ohne dass sie sich vermischen. Mit einem Teelöffel jeweils einen Tropfen der anderen Farbe in die Mitte geben. Die Ying und Yang Suppe anrichten und servieren.

Udo Jost am 08. September 2015