

Curry-Kokos-Suppe mit Pak Choi und Shiitake

Für zwei Personen

Für die Currypaste:

1 Stängel Zitronengras	30 g Ingwer	2 Schalotten
2 Knoblauchzehen	1 Limette	1 getrock. Chilischote
3 Kaffir-Limettenblätter	3 Kardamomkapseln	$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmelsamen
1,5 TL Koriandersamen	$\frac{3}{4}$ TL gelbe Senfsamen	1 TL gemahlener Kurkuma
1 EL brauner Zucker	1 Prise Zimt	1 TL Salz

Für die Suppe:

2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe	30 g Ingwer
2 Zweige Thai Basilikum	20 g frischer Kurkuma	350 ml Kokosmilch
750 ml Gemüsefond	20 ml Rapsöl	25 g Weizenmehl
Salz		

Für die Garnitur:

1 Zweig Koriander	5 g schwarzer Sesam
-------------------	---------------------

Für die Currypaste:

Das Zitronengras putzen und die harten Blätter entfernen. Den weichen Kern kleinschneiden. Ingwer, Schalotten und Knoblauch schälen und in Würfel schneiden. Kaffir-Limettenblätter in Streifen schneiden und die Chili hacken. Eine halbe Limette auspressen und den Saft auffangen. Kardamomkapseln aufbrechen und mit Kreuzkümmel-, Koriander- und Senfsamen in einer Pfanne ohne Fett leicht erhitzen, bis die Samen duften.

Zitronengras, Ingwer, Schalotte, Knoblauch, Kaffir-Limettenblätter und Chili mit Kurkuma, Zucker, Limettensaft, Salz und Zimt in einen Mörser geben. Die Gewürze aus der Pfanne hinzugeben und alles im Mörser zerkleinern, bis eine Paste entsteht.

Für die Suppeneinlage:: 1 Pak Choi 100 g Shiitake 1 rote Paprika 1 Möhre 20 ml Sojasauce 50 g Sojasprossen 20 ml Sesamöl .

Pak Choi und Paprika waschen. Möhre schälen und die Shiitake putzen.

Alles in feine Streifen schneiden und in Sesamöl anbraten. Zuerst die Möhren, dann die Paprika und den weißen Teil vom Pak-Choi anbraten.

Danach die Sojasprossen und die Blätter vom Pak Choi mit den Shiitake hinzugeben und mit etwas Sojasauce abschmecken.

Für die Suppe:

Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein schneiden. Ingwer und Kurkuma ebenfalls klein schneiden. Alles in Rapsöl anschwitzen. Danach 2 EL der hergestellten Currypaste hinzufügen und kurz mit anschwitzen.

Weizenmehl darüber geben und mit Kokosmilch ablöschen. Mit Fond nach und nach auffüllen. Die Suppe durch ein feines Sieb geben. Mit Salz abschmecken und mit kleingeschnittenem Thai Basilikum verfeinern. Das gebratene Gemüse zum Schluss in die Suppe geben.

Für die Garnitur:

Koriander klein zupfen und mit Sesamsamen auf die Suppe geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Dominik Eisenschmidt am 28. Januar 2021