

Chili-Mais-Chowder mit 'Speed-Brötchen'

Für zwei Personen

Für die Suppe:

3 mehligk. Kartoffeln	3 Stangen Sellerie	400 g Dosen-Mais
2 Zwiebeln	2 Bund Frühlingszwiebeln	50 g Butter
200 g saure Sahne	700 ml Gemüsebrühe	3 Schoten rote Chili
1 Bund Thymian	Salz, Pfeffer	

Für die Brötchen:

1 Ei	150 g Magerquark	100 g Naturjoghurt
250 g Dinkelmehl	1 Beutel Backpulver	2 EL helle Sesamsamen
2 EL schwarze Sesamsamen	Olivenöl, Salz, Pfeffer	

Für die Brötchen den Quark, den Joghurt und das Ei in einer Rührschüssel mit Knethaken zu einer homogenen Masse verrühren. Das Backpulver, etwas Salz, etwas Pfeffer und nach und nach das Dinkelvollkornmehl hinein rühren und einige helle Sesamsamen dazugeben. Anschließend ein Backblech mit Backpapier auslegen, den Teig zu Brötchen formen und auf das Blech legen. Die Brötchen mit Olivenöl bestreichen und den Rest der hellen und die schwarzen Sesamsamen darüber streuen. Das Blech in den kalten Backofen schieben, auf 220 Grad Ober-/Unterhitze einstellen und auf mittlerer Schiene 20 Minuten backen. Wenn die Brötchen leicht braun werden und duften, aus dem Ofen nehmen. Für die Suppe die Kartoffeln schälen und fein würfeln. Anschließend in einem Topf mit Butter anbraten. Mit dem Gemüsefond ablöschen und die Kartoffelstücke gar kochen. Den Sellerie putzen und grob hacken. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Eine Chilischote entkernen und ebenfalls fein hacken. Die Zwiebel in einem Topf mit Butter glasig anbraten. Den Sellerie, den Mais und die Chili untermengen. Den Thymian zupfen und in den Fond geben. Anschließend das Gemüse in den Topf zu dem Fond geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die saure Sahne unterrühren und die Suppe pürieren. Die Frühlingszwiebeln putzen, in Ringe schneiden, in die Suppe geben und nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Suppe in Schüsseln anrichten. Die restlichen Chilischoten aufschneiden, entkernen und fein hacken. Die Suppe mit den Chilischotenstücken garnieren, die Brötchen dazulegen und servieren.

Christoph Ludwig am 02. Dezember 2014