

Karotten-Suppe mit Erbsen-Kerbel-Pesto

Für zwei Personen

Für die Suppe:

250 g junge Karotten	1 Knolle Ingwer à 2 cm	1 Schalotte
1 Zitrone	450 ml Gemüsefond	40 g Butter
1 EL Puderzucker	50 ml saure Sahne	1 Prise Cayennepfeffer

Salz

Für das Pesto:

120 g Erbsen	1 Bund Kerbel	30 g Pinienkerne
1 Zitrone	3 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Für die Suppe Schalotte abziehen und Ingwer schälen. Beides fein würfeln. Karotten schälen, von den Enden befreien und grob würfeln. Butter in einem Topf aufschäumen. Schalotten, Ingwer und Abrieb einer Zitrone farblos anschwitzen. Karotten zufügen und mit Zucker glasieren. Nach ca. 3 Minuten Gemüsefond aufgießen, aufkochen lassen und anschließend etwa 20 Minuten köcheln lassen.

Für das Pesto die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten und abkühlen lassen. Erbsen in kochendem Salzwasser gar kochen, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen. Kerbel abbrausen und trockenwedeln. Erbsen, Kerbel und die Hälfte der Pinienkerne mit dem Olivenöl in eine Moulinette geben und pürieren. Restliche Kerne grob hacken und beiseite stellen. Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken und etwas Zitronenabrieb dazugeben. Alles verrühren.

Saure Sahne zur Suppe geben und erhitzen. Suppe fein pürieren und durch ein Sieb passieren.

Suppe mit Zitronensaft, Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Die Karottensuppe in tiefen Tellern anrichten, mit dem Erbsen-Kerbel-Pesto beträufeln und mit einigen gehackten Pinienkernen servieren.

Lilly Lauer-Kummer am 10. Mai 2016