

Karotten-Mango-Kokos-Suppe mit 'Surf and Turf'-Spieß

Für zwei Personen

Für die Suppe:

300 g Karotten	1 reife Mango	1 Mango
20 g Ingwer	1 milde Chilischote	1 Zwiebel
2 Limetten	500 ml Kokosmilch	1 Liter Gemüsefond
3 EL Currypulver	5 EL neutrales Öl	Salz, Pfeffer

Für den Spieß:

100 g Hähnchenbrust	4 Garnelen	2 Knoblauchzehen
Rapsöl, Salz, Pfeffer		

Für den Sesam-Chip:

2 Blätter Filoteig	1 Ei	5 EL weiße Sesamsaat
5 EL schwarze Sesamsaat		

Für die Garnitur:

1 Bund Koriander	Öl	
------------------	----	--

Für die Suppe:

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Karotten schälen und würfeln. Ingwer schälen und hacken. Zwiebel abziehen und ebenfalls hacken. Chilischote waschen, trockentupfen und in Ringe schneiden. Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und klein schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen und Karotten, Zwiebel, Chili und Ingwer darin anbraten, dann mit Fond ablöschen. Alles 8 bis 10 Minuten köcheln lassen, geschnittene, frische Mango und Mango aus der Dose hinzugeben und eine weitere Minuten kochen lassen. Anschließend die Suppe fein pürieren. Kokosmilch einrühren und Suppe bei schwacher Hitze köcheln lassen.

Limetten halbieren und Saft auspressen. Suppe vor dem Servieren mit Limettensaft, Currypulver, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Spieß:

Garnelen putzen, waschen und trockentupfen. Hähnchenbrust waschen, trockentupfen und ebenfalls in mundgerechte Stücke schneiden.

Knoblauch abziehen und pressen. Garnelen, Fleisch und Knoblauch in eine Pfanne geben und in etwas Öl anbraten. Garnelen und Fleisch aus der Pfanne nehmen und abwechselnd auf Holzspieße spießen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Sesam-Chip:

Filoteig auf einem mit Backpapier belegten Backblech auslegen. Ei trennen und dabei das Eigelb auffangen. Eigelb verquirlen und Teig damit bestreichen. Dann mit Sesam bestreuen und ca. 5-10 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Auskühlen lassen und in Chips brechen.

Für die Garnitur:

Öl in einem Topf erhitzen, Korianderblättchen abzupfen und diese im heißen Öl frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Suppe mit Koriander garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Patrick Pieczyk am 29. September 2020