

Erbsen-Minz-Suppe mit Hähnchen-Spieß und Croûtons

Für zwei Personen

Für die Erbsen-Minz-Suppe:

600 g TK-Erbsen	2 kleine Zwiebel	$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft
5 EL Crème fraîche	600 ml Gemüsefond	6 Zweige Minze
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Hähnchenspieße:

2 Hähnchenfilets à 150 g	Olivenöl	Salz
Schwarzen Pfeffer		

Für die Croûtons:

2 Scheiben Toastbrot	Butter	Salz
----------------------	--------	------

Für die Erbsen-Minz-Suppe:

Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. In einem Topf mit Olivenöl glasig andünsten. Erbsen bis auf 3 EL mit in den Topf geben und andünsten.

Mit Fond ablöschen und etwa 10 Minuten köcheln lassen, bis die Erbsen gar sind. Restliche Erbsen in einem kleinen Topf kurz blanchieren dann abgießen und zur Seite stellen. Minze grob hacken, bis auf zwei Spitzen, mit in die Suppe geben. Genauso wie 4 EL Crème fraîche. Alles mit einem Stabmixer zu einer cremigen Suppe pürieren und durch ein Sieb abseihen. Mit Salz, Pfeffer und dem Saft der Zitrone abschmecken.

Restliche Minze, blanchierte Erbsen und Crème fraîche als Garnitur verwenden.

Für die Hähnchenspieße:

Fleisch längs in Streifen schneiden und auf zwei Holzspieße stecken.

Salzen und pfeffern und in einer heißen Pfanne mit Öl von allen Seiten anbraten.

Für die Croûtons:

Butter in einer Pfanne schmelzen lassen. Rinde vom Toast entfernen und Brot in kleine Würfel schneiden. In der Pfanne von allen Seiten goldbraun anbraten bis sie goldbraun und knusprig sind.

Ramona Eichhorn am 07. Mai 2024