

Grünes Erbsen-Püree

Für 4 Portionen

2-3 große Knoblauchzehen 2 kleine Zwiebeln 1 Bio-Zitrone
4-5 EL Olivenöl 400g tiefgekühlte Erbsen Salz, Pfeffer, Zucker

Knoblauchzehen pellen und in sehr dünne Scheiben schneiden. Zwiebeln pellen und sehr fein würfeln. Die Zitrone waschen, die Schale fein abreiben und die Zitrone auspressen. Öl in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch darin bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten. Knoblauch herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Das Öl bis auf 1-2 Esslöffel aus der Pfanne gießen, aber aufbewahren. Zwiebeln und Erbsen in die Pfanne geben und eine Minute anschwitzen. Salzen und pfeffern und mit etwas Zucker bestreuen. 5 EL Wasser, 2 EL Zitronensaft und die Zitronenschale dazugeben und 1-2 Minuten kochen. Alles in einem hohen Gefäß pürieren. Wenn das Püree etwas fest sein sollte, etwas Knoblauchöl oder Wasser dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen, den gerösteten Knoblauch auf dem Püree verteilen und servieren.

Tipp:

Erbsenpüree passt gut zu gebratenen Lammfilets oder zu gegrilltem Fisch. Und jedes Eisbein schmeckt mit meinem frischen Erbsenpüree noch viel besser.

Tim Mälzer am 06. September 2008