

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Profi: Suppen

2013-2017

128 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 27. Juli 2022.

Inhalt

Basilikum-Schaumsuppe mit geschmolzenen Kirschtomaten	1
Bigos - polnischer Sauerkraut-Eintopf	2
Blumenkohl-Muskatblüten-Suppe mit Seezungen-Streifen	3
Blumenkohl-Suppe mit Garnelen und Kerbel	4
Blumenkohl-Suppe mit Lachsforelle	4
Blumenkohl-Zitronengras-Süppchen	5
Borschtsch mit Piroggen	6
Borschtsch-Eintopf	7
Brennessel-Suppe mit Forellen-Klößchen	8
Brokkoli-Schaumsuppe	8
Bunte Gemüse-Suppe mit Muschelnudeln	9
Cassoulet mit selbstgemachten Würstchen	9
Champignon-Rahm-Suppe	10
Consommé von Tafelspitz	10
Curry-Süßkartoffel-Suppe	10
Dill-Schaum-Suppe mit Lachsforellen-Filet	11
Eintopf mit Enten-Keulen und Zimt	11
Eintopf mit Saibling-Filet	12
Eintopf von der Forelle japanisch	13
Fenchel-Safran-Suppe mit Tomaten	14
Fenchel-Suppe mit Bratwurst-Bällchen	14
Frühlingskräuter-Suppe mit Garnelen	15
Frankfurter Kräuter-Schaumsuppe	15
Französische Zwiebel-Suppe	16
Geeiste Tomaten-Gurken-Suppe mit Crevetten	16

Gemüse-Suppe unter der Blätterteig-Haube	17
Gersten-Cremesuppe mit Räucherschinken	18
Getrüffelte Schwarzwurzel-Suppe mit Lachs-Tatar	19
Ghormeh Sabzi Grüner Eintopf	20
Grüne Spargel-Suppe mit Garam-Masala-Milchschaum	21
Grieß-Klößchen-Suppe	22
Gulasch-Suppe	22
Gulasch-Suppe	23
Hähnchen-Suppentopf	23
Hühnchen-Lauch-Eintopf	24
HühnerSuppe zum Wohlfühlen	25
Hühner-Brühe mit Kaiser-Schöberl	26
Hühner-Suppe mit Koriander-Gemüse und Zwiebel-Strudel	27
Hühner-Suppe nach Großmutter's Art mit Nudel-Einlage	28
Holunderbeeren-Suppe mit Schnee-Eier	28
Indische Curry-Suppe	29
Italienische Gemüse-Suppe mit Kalb-Klößchen	30
Japanische Nudel-Suppe	31
Königsberger Kartoffel-Eintopf	32
Kürbis-Bohnen-Eintopf mit Mettenden	33
Kürbis-Eintopf mit Bratwurst	33
Kürbis-Samtsuppe mit gebratener Jakobsmuschel	34
Kürbis-Suppe aus dem Ofen mit Roter Bete	35
Kürbis-Suppe mit BBQ-Hack-Bällchen	36
Kalte Dill-Gurken-Suppe mit Matjes-Spießchen	37
Kalte Gurken-Buttermilch-Suppe	37
Kalte Paprika-Suppe mit gebratenem Kalb-Tatar	38
Kalte Paprika-Suppe mit Rinder-Tatar	39
Kalte Tomaten-Melonen-Suppe mit Estragon-Croûtons	40
Karotten-Creme-Suppe mit Kirschtomaten	41
Kartoffel-Champignon-Suppe mit Hackbällchen	42

Kartoffel-Creme-Suppe mit Fleisch-Bällchen	43
Kartoffel-Eintopf mit Lachs und Dill	43
Kartoffel-Lauch-Suppe mit pochiertem Ei	44
Kartoffel-Sellerie-Suppe mit Trüffel-Schaum	45
Kartoffel-Steinpilz-Suppe mit Wachtel-Brust und Croutons	46
Kartoffel-Suppe mit hausgemachter Bratwurst	47
Kartoffel-Suppe mit Kräuter-Kasseler	48
Kartoffel-Suppe mit Lachs-Röschen-Einlage	49
Kartoffel-Suppe mit Pilzen	50
Kastanien-Suppe mit Kräuter-Schnecken	51
Kastanien-Suppe mit Südtiroler Speck	52
Kichererbsen-Eintopf mit Lamm-Hackbällchen	53
Kichererbsen-Kokos-Suppe mit Koriander	54
Kichererbsen-Suppe mit Zitrone und Petersilie	54
Kopfsalat-Erbsen-Suppe mit Spanferkel-Schinken	55
Krustentier-Eintopf	56
Lauch-Suppe mit Schinken-Blätterteig-Stangen	57
Linsen-Eintopf mit Räucherfisch	58
Linsen-Eintopf mit Räucherforelle	59
Linsen-Suppe mit gebratener Kaninchen-Leber	59
Linsen-Suppe mit geräuchertem Tofu	60
Linsen-Suppe mit Räucherforellen-Klößchen	61
Möhren-Ingwer-Suppe mit Gambas	62
Maronenschaum-Suppe mit Brot-Krusteln	62
Mediterrane Kartoffel-Creme-Suppe mit Chorizo-Wurst	63
Melonen-Suppe mit gebratenen Garnelen	64
Minestrone mit Parmesan-Crostini	65
Nobelsüppchen aus Garnelen	66
Orientalische Linsen-Suppe	67
Paprika-Rhabarber-Suppe	68
Parmesan-Suppe mit confiertem Landei und weißem Trüffel	69

Pastinaken-Suppe mit Trüffel-Schaum, Pastinaken-Chips	70
Peffer-Potthast im Dampfdrucktopf gegart	71
Piña-Colada-Suppe	71
Räucherforellen-Suppe	72
Ramen-Nudelsuppe mit gebratener Ananas	73
Reis-Suppe	74
Riesling-Suppe mit Butter-Klößchen	74
Rosenkohl-Suppe mit scharfer Paprikawurst	75
Rote-Bete-Suppe mit Frischkäse-Klößchen	75
Rote-Bete-Suppe	76
Rotkohl-Apfel-Suppe mit Klößchen	77
Sauerkraut-Suppe mit Gewürzbauch vom Iberico-Schwein	78
Sauerkraut-Suppe mit Leberwurst-Wan Tans	79
Scharfe Bohnen-Suppe mit Bratwurst	80
Schaumsuppe von geschmorten Ochsenherz-Tomaten	81
Schnelle Hochzeit-Suppe mit Farfalle	82
Schtschi - russische Weißkohl-Suppe	83
Schwarzwurzel-Schaumsuppe mit gebratenem Zander-Filet	84
Schwarzwurzel-Suppe mit geräucherter Gänse-Brust	85
Sellerie-Schaum-Suppe mit Petersilien-Butter	85
Sellerie-Suppe mit Kardamom-Schaum und Lardo-Crostini	86
Spanische Kartoffel-Suppe mit Chorizo-Wurst	86
Spargel-Karotten-Suppe mit Morcheln und Koriander-Pesto	87
Spargel-Schaumsuppe mit gebackenen Garnelen-Bällchen	88
Spinat-Suppe mit Schafskäse-Börek	89
Steckrüben-Eintopf mit Tafelspitz	90
Steckrüben-Schaum-Süppchen mit Enten-Wan-Tan	91
Steckrüben-Suppe mit Räucherfisch-Blutwurst-Krapfen	92
Suppe vom Waldorf-Salat mit lackiertem Lachs	93
Suppe von dicken Bohnen und Speck	94
Thaicurry-Suppe mit gebackenen Austern	95

Thailändischer Eintopf mit Hähnchen und Garnelen	96
Tomaten-Basilikum-Suppe mit Forellen-Filets	97
Tomaten-Suppe mit Basilikum und Quark-Nockerln	98
Tomaten-Suppe	99
Tomaten-Suppe	99
Topinambur-Suppe mit Spinat-Pesto und Haselnuss	100
Weißer Zwiebel-Schaumsuppe mit gebratener Blutwurst	101
Weißkohl-Möhren-Eintopf mit Kalb-Tafelspitz	101
Wildkräuter-Suppe mit Spinat-Klößchen	102
Zucchini-Rahm-Suppe mit Basilikum-Klößchen	103

Index **104**

Basilikum-Schaumsuppe mit geschmolzenen Kirschtomaten

Für vier Portionen

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	200 g Kartoffeln, mehlig
2 EL Olivenöl	50 ml Weißwein	500 ml Gemüsebrühe
200 ml Sahne	1 Bund Basilikum (ca. 50 g)	250 g Kirschtomaten
1 EL Honig	Salz, Pfeffer	

Die Zwiebel und die Knoblauchzehe schälen und klein würfeln. Die Kartoffeln waschen, schälen und grob würfeln. Einen Esslöffel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebel- und Knoblauchwürfel zusammen im heißen Olivenöl anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen, Brühe angießen und einmal aufkochen lassen. Anschließend Sahne zugeben und die Suppe mit Salz und Pfeffer würzen. Bei mittlerer Hitze etwa 15 bis 20 Minuten köcheln lassen. Das Basilikum abrausen und trocken schleudern. Vier Blätter zum Garnieren beiseitelegen. Die restlichen Blätter von den Stielen zupfen und in die Suppe geben. Suppe mit einem Pürierstab fein mixen und nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kirschtomaten abrausen. Das restliche Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Tomaten darin kurz heiß anbraten, bis sie aufplatzen. Mit Salz und Pfeffer würzen und den Honig darüber träufeln. Tomaten einige Minuten in der Pfanne schwenken, bis die Tomaten schön weich sind. Zum Anrichten die Suppe frisch aufschäumen und in tiefe Teller füllen. Kirschtomaten und Basilikumblätter hineingeben und das Ganze mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen.

Horst Lichter am 12. April 2014

Bigos - polnischer Sauerkraut-Eintopf

Für 4 Portionen

750 g Schweinefleisch	3 Mettwürste	500 g Weißkohl
500 g Sauerkraut	3 Zwiebeln	200 g Tomatenmark
5 getrocknete Pflaumen	150 g Speck	1 Knoblauchzehe
5 Wacholderbeeren	5 Lorbeerblätter	1 EL Pfefferkörner
3 Nelken	200 ml Rotwein	50 g Margarine
1 Prise Salz		

Sauerkraut und Weißkohl kochen:

Weißkohl in streifenähnliche Stücke schneiden. Sauerkraut und Weißkohl getrennt 20 min kochen lassen. Zu dem Sauerkraut Knoblauch, Lorbeerblätter, Pfefferkörner, Nelken und Wacholderbeeren hinzufügen (Gewürze in einen leeren Teebeutel legen und zutackern und den befüllten Teebeutel zu dem Sauerkraut hinzugeben). Anschließend das Wasser vom Weißkohl und vom Sauerkraut abgießen. Teebeutel entfernen.

Fleisch anbraten und mit mit den anderen Zutaten vermischen:

Schweinefleisch in Würfel schneiden, in einer Pfanne anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Gewürfelten Speck und kleingeschnittene Mettwurst ebenfalls in einer Pfanne anbraten. Anschließend das Sauerkraut, den Weißkohl mit dem Fleisch und den angebratenen Speck sowie die Mettwurst in einem großen Topf vermischen, mit Salz abschmecken und mit Rotwein abmischen.

Eintopf köcheln lassen:

Zwiebeln anschwitzen und mit getrockneten Pflaumen und Tomatenmark ebenfalls in den großen Topf geben. Alles gründlich vermischen und den Eintopf mindestens 2-3 Stunden köcheln lassen. Gelegentlich umrühren. (am besten über Nacht ziehen lassen und noch mal kurz aufkochen lassen).

Frank Rosin am 17. Juli 2014

Blumenkohl-Muskatblüten-Suppe mit Seezungen-Streifen

Für zwei Personen

½ Kopf Blumenkohl	1 Espressolöffel Muskatblüte	1 getrockneter Macis
1 Prise Kurkuma	1 Prise Zucker	1 Stängel Zitronengras
4 kleine Kartoffeln	800 ml Gemüsefond	2 Eigelbe
2 EL Butter	2 Seezungenfilets à 100 g	200 ml Wasser
50 ml Weißwein	Olivenöl	1 Zehe Knoblauch
2 Schalotten	2 Stängel Dill	2 Stängel Wermut
2 Stängel Koriander	2 Stängel Petersilienblatt	Salz
Pfeffer		

Für den Ansatz der Suppe einen Esslöffel Butter, die Muskatblüte, den zerdrückten Macis und etwas Kurkuma in einem Topf anschwitzen. Zwei Drittel des Blumenkohls hinein hobeln (je feiner der Blumenkohl ist, desto schneller gart er). Die Kartoffeln schälen, in feine Scheiben schneiden und zusammen mit dem Blumenkohl anschwitzen. Eine Prise Zucker hinzufügen und mit der Brühe auffüllen, bis alle Zutaten bedeckt sind. Die Suppe langsam köcheln lassen (circa acht bis zehn Minuten). Die Silberhaut von den Seezungen runterschneiden (falls sie sich nicht lösen lässt, das Filet mehrfach quer einritzen). Anschließend den Fisch quer in Streifen schneiden. Für den Fond das Wasser, den Weißwein, den Knoblauch, die Schalotten, den Dill, den Koriander, das Petersilienblatt, den Wermut und etwas Olivenöl ansetzen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Seezungenstreifen zum Pochieren hineinlegen, pfeffern und salzen und auf mittlerer Hitze Stufe gar ziehen lassen. Wenn der Blumenkohl und die Kartoffeln gar sind, die Suppe durch ein Sieb passieren. Die Hälfte des restlichen Blumenkohls roh hineinhobeln. Mit dem Pürierstab die Eigelbe und einen Esslöffel Butter unter die Suppe heben und schaumig mixen (die Suppe darf jetzt nicht mehr kochen, da sie sonst gerinnen würde!). Zum Anrichten die Seezungentranchen in einen tiefen Teller setzen und mit der Suppe bedecken. Den restlichen rohen Blumenkohl über die Suppe hobeln, mit einer Prise Macis bestreuen und mit einigen Tropfen Olivenöl beträufeln.
Tipp:

Anstatt der Seezunge können auch Lachs, Saibling, Garnelen oder Hühnchen verwendet werden. Als vegetarische Alternative kann die Einlage auch weggelassen werden.

Ali Güngörmüs am 20. Februar 2015

Blumenkohl-Suppe mit Garnelen und Kerbel

Für 4 Personen

1 großer Kopf Blumenkohl	Salz	4 Schalotten
30 g Butter	1 EL Mehl	1 L Gemüsebrühe
Pfeffer, Muskat	200 g Sahne	100 g Crème-fraîche
8 küchenfertige Garnelen	1 Zweig Rosmarin	1 Stiel Thymian
2 Knoblauchzehen	2 EL Sonnenblumenöl	4 Stiele frischer Kerbel

Blumenkohl putzen und in Röschen teilen. Die Röschen etwa 30 Minuten wässern. Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Butter erhitzen. Schalotten darin anbraten. Mit Mehl bestäuben und goldbraun braten. Gemüsebrühe unter Rühren langsam zugeben. Etwa 2/3 der gegarten, abgetropften Blumenkohlröschen dazugeben und etwa 30 Minuten langsam garen. Die Suppe pürieren und mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen. Sahne und Crème-fraîche zugeben und erneut abschmecken. Die restlichen Röschen in die Suppe geben und erwärmen. Garnelen abspülen und den Darm entfernen. Rosmarin und Thymian abspülen und trockenschütteln. Knoblauch schälen und etwas andrücken. Öl erhitzen. Garnelen mit Kräutern und Knoblauch von allen Seiten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kerbel abspülen und trockenschütteln. Kerbelblättchen von den Stielen zupfen. Blumenkohlsuppe und Garnelen anrichten. Kerbelblättchen darüber streuen.

Karlheinz Hauser 28. Januar 2013

Blumenkohl-Suppe mit Lachsforelle

Für 4 Personen

1 Kopf Blumenkohl (ca. 1 kg)	Salz	4 Schalotten
40 g Butter	1 EL Mehl	750 ml Gemüsebrühe
500 ml Geflügelfond	Pfeffer, Muskat	200 g Sahne
100 g Crème-fraîche	300 g Lachsforellenfilet	2 EL Sonnenblumenöl
1 Knoblauchzehe	1 Stiel Thymian	4 Stiele Kerbel

Blumenkohl putzen und in Röschen teilen. Die Röschen etwa 30 Minuten in leicht gesalzenem Wasser wässern. Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. 20 g Butter erhitzen. Schalotten darin anbraten und die Blumenkohlröschen zugeben. Mit etwas Mehl bestäuben, Brühe und Fond unterrühren. Alles ca. 30 Minuten köcheln lassen. Etwa 4 EL Röschen herausnehmen und beiseite stellen. Die Suppe pürieren und mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen. Sahne und Crème-fraîche zugeben und erneut abschmecken. Die übrigen Röschen in die Suppe geben und erwärmen. Das Lachsforellenfilet abwaschen, trocken tupfen und in 4 gleich große Stücke portionieren. Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Filets auf der Hautseite anbraten. Mit Salz und etwas Pfeffer würzen. Wenn die Haut kross ist den Fisch wenden, Knoblauchzehe schälen und etwas andrücken. Thymianzweig abspülen, trockenschütteln. Knoblauch und Thymian mit der übrigen Butter zum Fisch geben. Mit einem Löffel die Gewürzbutter über den Fisch träufeln. Die Pfanne vom Herd nehmen. Der Fisch sollte innen noch glasig sein. Kerbel abspülen und trockenschütteln. Kerbelblättchen von den Stielen zupfen. Blumenkohlsuppe und Lachsforelle anrichten. Kerbelblättchen darüber streuen.

Karlheinz Hauser am 16. September 2013

Blumenkohl-Zitronengras-Süppchen

Für zwei Personen

Für die Suppe:

$\frac{1}{2}$ Blumenkohl	1 Zwiebel	2 Stangen Zitronengras
1 TL Currypulver	2 EL weißer Balsamico	250 ml Kokosmilch
250 ml Gemüsefond	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie

Für die Suppe:

Den Blumenkohl waschen, trocknen, äußere Blätter entfernen und halbieren. Den Strunk heraus-schneiden und den Blumenkohl in feine Röschen schneiden. Zwiebel abziehen und fein hacken. Zitronengras halbieren und mit dem Messerrücken anschlagen.

Blumenkohl und Zwiebeln in einem großen Topf mit Olivenöl 4 Minuten kräftig anrösten. Currypulver und Zitronengras zugeben und 1 Minute mitbraten. Kokosmilch und Gemüsefond an-gießen und etwa 10 Minuten leicht köcheln lassen.

Den Topf von der Herdplatte nehmen und mit weißem Balsamico, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Die Suppe in einem Standmixer schaumig aufmixen, auf Tellern anrichten, mit Petersilie garnie-ren und servieren.

Björn Freitag am 03. März 2017

Borschtsch mit Piroggen

Für 4 Personen

500 g Rindfleisch (Brust)	Salz	1 Bund Suppengemüse
2 Möhren	1 Petersilienwurzel	1 Zwiebel
200 g Weißkohl	3 EL Rapsöl	Pfeffer
2 Lorbeerblätter	200 g Piroggenteig	1 Ei
300 g Rote Bete	1 TL Zucker	3 EL Rotweinessig
1 Bund Dill	1 Bund Petersilie	100 g Saure Sahne
1 Stück Meerrettich		

Das Rindfleisch mit kaltem Wasser bedeckt aufsetzen, aufkochen und leicht salzen. Den Schaum abnehmen und das Fleisch ca. 1,5 Stunden weichkochen. Das Suppengemüse putzen, grob würfeln und 20 Minuten vor Ende der Garzeit zum Fleisch geben. Dann das Fleisch herausnehmen und die Brühe passieren.

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.

Möhren, Petersilienwurzel und Zwiebel schälen und in 1 cm kleine Würfel schneiden. Weißkohl ebenfalls in feine Würfel schneiden. Von dem Gemüse 4 EL beiseite stellen für die Füllung der Piroggen. Restliches Gemüse in einem Topf mit Öl kurz anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Rindfleischbrühe auffüllen, Lorbeerblätter zugeben und ca. 20 Minuten köcheln lassen.

Das Rindfleisch klein schneiden. Für die Piroggenfüllung beiseite gestellte Gemüswürfel mit 2 EL Fleischwürfeln mischen und nochmal gut durchhacken.

Piroggenteig zu Teigkugeln formen, diese rund ausrollen, ca. 1/2 TL Füllung darauf geben, zusammenklappen, den Rand fest drücken und mit verquirltem Ei bestreichen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und im Ofen bei 220 Grad ca. 10 Minuten backen.

Rote Bete schälen und roh raspeln. Die Rote Bete und das geschnittene Rindfleisch zur Suppe geben. Die Suppe mit Salz, Pfeffer, Zucker und Rotweinessig abschmecken. Dill und Petersilie waschen, trocken schütteln und hacken. Die Suppe mit den Kräutern, Saure Sahne und Meerrettich anrichten. Die Piroggen auf einem extra Teller dazu reichen.

Grundrezept Piroggenteig:

- 20 g Hefe
- 1 EL Zucker
- 2 EL lauwarmes Wasser
- 350 g Mehl
- 1/8 l Milch
- 3 Eier
- 30 g Butter
- 1 EL Öl
- etwas Salz

Zubereitung

Hefe mit dem Zucker im lauwarmen Wasser auflösen und mit einem Drittel des Mehls zu einem Vorteig verarbeiten. Mit Mehl bestäuben und an einem warmen Ort zwei Stunden gehen lassen. Dann Milch, Eier, Butter, Öl, das restliche Mehl und Salz zugeben und alles zu einem halbfesten Teig verarbeiten, wieder gehen lassen. Dann den Teig zu einer Rolle formen und in Scheiben schneiden. Jede Scheibe zu einer Kugel rollen und die Kugeln noch einmal gehen lassen.

Rainer Strobel am 02. Oktober 2015

Borschtsch-Eintopf

Für zwei Personen

Für den Suppenansatz:

$\frac{1}{2}$ kg Rinderbrust	$\frac{1}{2}$ kg Schweinebauch	$\frac{1}{2}$ Suppenhuhn
1 Knolle Fenchel	$\frac{1}{2}$ Stange Lauch	$\frac{1}{2}$ Staude Sellerie
1 Gemüsezwiebel	2 weiße Zwiebeln	2 Knollen junger Knoblauch
2 L Gemüfefond		

Für die Borschtsch-Einlage:

200 g Rote Bete	200 g Karotten	200 g Mairüben
200 g Lauch	200 g Zwiebeln	$\frac{1}{2}$ Spitzkohl
$\frac{1}{2}$ Bund Dill	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander
$\frac{1}{2}$ Bund Kerbel	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	1 TL Ascorbinsäure
Olivenöl		

Für die Smetana:

200 g Smetana, naturell	$\frac{1}{2}$ Avocado	$\frac{1}{2}$ Bund Dill
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	$\frac{1}{2}$ Bund Kerbel
$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	20 ml Olivenöl	

Für den Suppenansatz:

In einem großen Topf je 2 Litern Wasser und Gemüfefond aufsetzen. Knoblauch, Zwiebeln, Fenchel, Lauch und Sellerie grob zerteilt dazugeben.

Das Fleisch waschen und trockentupfen. Die Rinderbrust und den Schweinebauch 2 Stunden bei niedriger Hitze im Topf kochen. Das Suppenhuhn hinzugeben und eine weitere Stunde mitkochen.

Das Fleisch anschließend aus dem Topf nehmen und mit einer Fleischgabel grob zerrupfen.

Für die Borschtsch-Einlage:

Die Karotten und Mairüben schälen, von den Enden befreien und fein hacken. Den Lauch vom Ansatz und der äußeren Schale befreien, putzen und in feine Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln.

Rote Bete schälen und auf einer Vierkantreibe grob reiben.

Den Spitzkohl halbieren und in feine Streifen schneiden.

Die Zwiebeln in einem Topf mit reichlich Olivenöl 2 Minuten anbraten. Karotten, Mairüben, Spitzkohl und Lauch hinzugeben und mitrösten. Etwa 2 Liter des Suppenansatzes angießen. Das zerteilte Fleisch dazugeben und miteinander kräftig aufkochen lassen.

Die Kräuter abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Die Kräuter mit der Ascorbinsäure zur Suppe geben, dabei einige Kräuter für die Garnitur beiseitelegen.

Verwenden Sie zur Garnitur von Pürees, Salaten und als Suppeneinlage auch die Stiele der Kräuter. Diese haben nicht nur einen intensiveren Geschmack, sondern sorgen außerdem für einen besonderen Crunch.

Für die Smetana:

Die Avocado halbieren, den Stein herauslösen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel herausnehmen. Die Smetana mit einer halben Avocado, Olivenöl und grob geschnittenen Kräutern in einer Moulinette zu einer glatten Creme verarbeiten.

Die Smetana in die Tellermitte einer tiefen Schüssel geben. Den Eintopf aufgießen, mit reichlich Kräutern garnieren und servieren.

Christian Lohse am 28. Juli 2017

Brennessel-Suppe mit Forellen-Klößchen

Für vier Portionen

2 Schalotten	20 g Butter	100 ml Weißwein
600 ml Gemüsefond	200 ml Sahne	100 g Brennesselblätter
500 g Forellenfilet, leicht angefroren	Salz, Pfeffer	300 ml eiskalte Sahne
400 ml Fischfond		

Außerdem:

Eiswürfel

Schalotten schälen und klein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen, Schalotten darin anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und verkochen lassen. Gemüsefond und Sahne angießen und zehn Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Lachsforelle klein würfeln und in eine Schüssel geben, diese auf Eiswasser stellen. Mit Salz und Pfeffer würzen, 100 Milliliter Sahne zugeben und alles gründlich mischen. Fischmasse portionsweise in einem Zerkleinerer fein pürieren. 150 Milliliter Sahne unter die Fischfarce heben. Die restliche Sahne steif schlagen und unterheben. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fischfond in einem Topf bis zum Siedepunkt erwärmen. Aus der Fischmasse mit zwei Esslöffeln Nocken abstechen und diese in dem Fischfond zehn Minuten pochieren.

Die Brennesselblätter in die Suppe geben und alles sehr fein pürieren. Suppe mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Die Suppe in tiefen Tellern anrichten, die Nocken in der Suppe servieren.

Horst Lichter am 18. Juli 2015

Brokkoli-Schaumsuppe

Für 2 Portionen

1 Brokkoli (ca. 250 g)	1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch
20 g Butter	500 ml Gemüsefond	100 ml Weißwein
250 ml Sahne	1 Muskatnuss	50 g Parma-Schinken
0,5 Bund Salbei	50 g Zuckerschoten	50 g Butter
40 g getrocknete Tomaten	40 g TK-Erbsen	Salz, Pfeffer

Brokkoli putzen, waschen und in Röschen teilen. Zwiebel abziehen und klein würfeln. Zwei Scheiben Knoblauch schneiden. Butter in einem Topf erhitzen und Zwiebeln, Knoblauch und Brokkoli darin anschwitzen. Mit Salz abschmecken. Das Ganze mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Mit Gemüsebrühe aufgießen und bei mittlerer Hitze weich garen. 200 Milliliter Sahne zugeben und nochmals aufkochen. Die Suppe in einem hohen Becher aufmixen, durch ein Sieb in den Topf zurückgeben und zuletzt fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und mit frisch geriebener Muskatnuss würzen. Restliche Sahne steif schlagen und kurz vor dem Servieren die geschlagene Sahne unterrühren.

Einlage für Brokkolischaumsuppe:

Parma-Schinken und Salbei klein schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Den Parma-Schinken, Salbei, getrocknete Tomaten und den restlichen Knoblauch dazugeben. Die Suppe auf Tellern anrichten und den Parma-Schinken, Salbei und getrocknete Tomaten darauf verteilen.

Steffen Henssler am 05. Februar 2013

Bunte Gemüse-Suppe mit Muschelnudeln

Für vier Portionen

200 g Muschelnudeln	Salz	1 Zucchini
1 Aubergine	1 rote	1 gelbe Paprika
1 rote Zwiebel	1 Knoblauchzehe	1 kleine Dose Mais
100 g TK Erbsen	2 EL Olivenöl	800 ml Gemüsebrühe
Salz	Pfeffer	Muskatnuss
1 TL Zucker	1 EL Weißweinessig	4 Stiele Thymian
1 Bund Schnittlauch	2 Laugenstangen	30 g Butter

Reichlich leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und die Muschelnudeln darin bissfest garen. Anschließend abgießen und abtropfen lassen. Zucchini und Aubergine waschen, erst in Scheiben, dann in einen Zentimeter große Würfel schneiden. Paprika waschen, halbieren, entkernen und ebenso würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und klein würfeln. Mais in einem Sieb abtropfen lassen.

Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin anschwitzen, Zucchini, Aubergine und Paprika darin anbraten. Mais und Erbsen zugeben und ebenfalls kurz anschwitzen. Die Brühe angießen und die Suppe aufkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zehn Minuten köcheln lassen. Thymian abbrausen, trocknen und fein hacken. Thymian und Muschelnudeln zur Suppe und diese mit Zucker und Essig abschmecken.

Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Laugenstangen in schräge Scheiben schneiden, mit Butter bestreichen und in den Schnittlauch drücken.

Bunte Gemüsesuppe in tiefen Tellern anrichten, die Schnittlauchscheiben dazulegen.

Horst Lichter am 23. Mai 2015

Cassoulet mit selbstgemachten Würstchen

Für 6 Personen

500 g weiße Bohnen	150 g Räucherspeck	1 EL Butterschmalz
2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe	300 g Schweinebauch
4 Entenkeulen (ohne Haut)	1 EL Tomatenmark	2 Möhren
1 kleiner Sellerie	$\frac{3}{4}$ l Hühnerbrühe	Salz
1 TL getrockneter Majoran	4 m Saitling (vom Metzger)	200 g Semmelbrösel

Bohnen über Nacht einweichen. Den Backofen auf 160 Grad Ober-Unterhitze vorheizen (Umluft nicht geeignet, Gas Stufe 3). Den Speck in feine Würfel schneiden, Zwiebeln und Knoblauch schälen und würfeln. Von den Zwiebelwürfel zwei Esslöffel beiseite stellen. Die Hälfte von dem Speck in Butterschmalz anbraten, Zwiebel, Knoblauch, die Hälfte des Schweinebauches und drei Entenkeulen zugeben, alles gut anbraten. Tomatenmark und die eingeweichten Bohnen zugeben. Möhre und Sellerie putzen, würfeln und ebenfalls zugeben mit der Brühe auffüllen und alles ca. zwei Stunden zusammen im Backofen schmoren. Von der vierten Entenkeule den Knochen auslösen. Das Fleisch mit dem restlichen Speck und Schweinebauch durch den Fleischwolf geben, restliche Zwiebelwürfel, Salz und Majoran zugeben. Die Masse mit Hilfe eines Spritzbeutel in den Darm füllen, zu Würstchen abdrehen und zum Cassoulet in den Topf geben. Die Hälfte der Semmelbrösel darüber streuen und zur Kruste backen. Unterrühren, die restlichen Semmelbrösel darüber streuen und wieder überbacken. Das Cassoulet im Topf servieren.

Jacqueline Amirfallah 16. Januar 2013

Champignon-Rahm-Suppe

Für 4 Portionen

1 kg Champignons	2 Schalotten	4 Stangen Zwiebellauch
Weißwein	$\frac{1}{2}$ L Sahne	1 L Geflügelbrühe

Champignons heiß anbraten, Schalottenwürfel und geschnittenen Zwiebellauch dazugeben mit Weißwein und Geflügelbrühe auffüllen. $\frac{1}{3}$ Liter einkochen und zum Schluss die Sahne dazugeben. Im Mixer alles gut durchmischen und servieren.

Frank Rosin am 23. Juli 2014

Consommé von Tafelspitz

Für 4 Portionen

1,5 kg Tafelspitz	500 g Sandknochen	2 Karotten
1 Stange Porree	1 halbe Knolle Sellerie	2 Lorbeerblätter
2 Nelken	1 TL Pfefferkörner	1 Knoblauchzehe
Salz und Pfeffer		

Fünf Liter Wasser im Topf erwärmen. Wenn das Wasser zu kochen beginnt, Fleisch und Knochen hinein geben. Dann den oberen Schaum abschöpfen und grob geschnittenes Suppengemüse hinzugeben. Etwas Gemüse als Einlage zurückbehalten.

Das ganze drei Stunden leicht köcheln lassen, danach Fleisch und Knochen rausnehmen. Die Suppe weiter kochen, bis sie nach ca. 30 Minuten kraftvoll einreduziert ist.

Restliches Suppengemüse in feine Streifen schneiden, als Einlage am Ende dazugeben. Consommé mit den frische Gemüwestreifen und einer Maultasche zusammen anrichten.

Frank Rosin am 23. Juli 2014

Curry-Süßkartoffel-Suppe

Für vier Portionen

500 g Süßkartoffeln	1 Zwiebel	30 g Butter
1-2 TL Currypulver	1 TL Zucker	500 ml Gemüsefond
1 Mango	150 ml Schlagsahne	Salz
Cayennepfeffer	1 unbehandelte Zitrone	Koriandergrün
$\frac{1}{2}$ Baguette	2-3 EL Olivenöl	Chili

Süßkartoffeln schälen, die Hälfte davon grob würfeln, den Rest klein würfeln. Zwiebel schälen und klein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und grob gewürfelte Süßkartoffeln darin anschwitzen. Mit Currypulver und Zucker bestreuen und 2 bis 3 Minuten anbraten. Mit Gemüsefond ablöschen und abgedeckt etwa 10 bis 15 Minuten weich kochen lassen. In der Zwischenzeit die Mango schälen und klein würfeln. Die Suppe fein pürieren, Sahne und die restlichen Süßkartoffeln zugeben und darin weich garen. Zuletzt mit Salz, Cayennepfeffer und etwas Zitronensaft würzen und die Mango zugeben. Suppe in Tassen oder Teller füllen und mit Koriander betreuen. Nach Belieben mit einigen in Olivenöl gerösteten Baguette-Scheiben servieren.

Horst Lichter am 28. September 2013

Dill-Schaum-Suppe mit Lachsforellen-Filet

Für 4 Portionen

2 Bund Dill	1 Bund Frühlingszwiebeln	1 Lachsfilet mit Haut
1 EL Zitronensaft	400 ml Geflügelfond	150 ml Weißwein
200 g Crème-fraîche	10 g Butter	1 Rosmarinzweig
Salz und Pfeffer		

Dill ohne Stiele und Frühlingszwiebel kleinschneiden. Butter in einem Topf erhitzen und die Frühlingszwiebel darin anbraten, dann den Dill ebenfalls darin anschwitzen. Mit Weißwein und Fond ablöschen. Acht bis maximal 10 Minuten kochen und mit einem Stabmixer mixen.

Das Lachsforellenfilet in mittelkleine Stücke schneiden. In einer Teflonpfanne Öl erhitzen und die Filetstücke nur auf der Haut braten. Der Fisch muss nicht ganz durchgebraten sein. Er zieht in der Suppe etwas nach!

Kurz vor dem Anrichten Crème fraîche in die Suppe geben und mit dem Stabmixer aufschäumen. Rosmarin in der Fischpfanne kurz anbraten, mit Zucker und Salz würzen und mit Zitronensaft ablöschen.

Die Suppe in einen tiefen Teller geben, mit etwas frischem Dill verfeinern, das Fischfilet vorsichtig oben auflegen und mit dem frisch angebratenen Rosmarin garnieren.

Frank Rosin am 23. Juli 2014

Eintopf mit Enten-Keulen und Zimt

Für 2 Personen

2 Entenkeulen	2 Zwiebeln	4 Knoblauchzehen
2 kleine Karotten	1 TL Korianderkörner	1 TL Kreuzkümmel
1/2 EL Bohnenkraut	1 EL Orangenschale	1 kleine Zimtstange
1 EL Majoran	1 EL fein geriebener Ingwer	Salz, Piment d'Espelette
1 EL Sojasauce	2 junge Lauchstangen	1 Bund Koriander

Für die Nudeln:

125 g Hartweizengrieß	25 g griffiges Mehl	1 Ei
2 Eigelbe	1 TL Olivenöl	

Für die Nudeln Hartweizengrieß, Mehl, Ei, Eigelb und Olivenöl zu einem glatten Teig verarbeiten. Eine Stunde ruhen lassen. Dann den Nudelteig dünn ausrollen, in 1 cm breite Nudeln schneiden und auf einem bemehlten Blech antrocknen lassen. Entenkeulen mit einem Liter Wasser aufkochen. Die Keulen sollten bedeckt sein. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Karotten schälen. Gemüse zu den Entenkeulen geben. Koriander und Kreuzkümmel mörsern, mit Bohnenkraut, Orangenschale, Zimtstange, Majoran und geriebenen Ingwer zum Eintopf geben. Den Sud ca. 2 ½ Stunden kochen lassen, dabei Fett und Schaum immer wieder abschöpfen. Mit Salz, Piment d'Espelette und Sojasauce würzen. Brühe passieren und entfetten. Entenfleisch vom Knochen lösen und portionieren. Karotten und Zwiebeln klein schneiden. Fleisch und Gemüse in Suppenschale geben. Die Nudeln im Entenfond gar kochen. Lauch putzen und in feine Ringe schneiden. Koriander waschen, trocken schütteln und hacken. Die Schälchen mit dem Entenfond und den Nudeln auffüllen. Mit den Lauchröllchen und frischem Koriander bestreuen.

Jörg Sackmann 29. Januar 2013

Eintopf mit Saibling-Filet

Für 2 Portionen

300 g Saiblingsfilet	5 Drillingskartoffeln	4 Karotten
1 Zwiebel	250 ml Weißwein	20 g Speisestärke
400 ml Gemüfefond	100 g Butter	Salz, Pfeffer
Olivenöl, Mehl		

Die Zwiebel in feine Ringe schneiden und in einem Topf in Butter anschwitzen. Die Drillingskartoffeln samt Schale in Würfel schneiden. Und mit den Zwiebeln anschwitzen. Die Karotten schälen und vierteln und ebenfalls mit dazugeben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen.

Tipp:

Das Verhältnis sollte ein Teil Zwiebeln, ein Teil Kartoffeln, ein Teil Karotte sein. Weißwein hinzufügen und verkochen lassen. Das Ganze mit Gemüfefond auffüllen und bei niedriger Hitze köchen lassen. Den Saibling halbieren, eine Hälfte in Tranchen schneiden und von der Haut befreien. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ein Backblech mit Butter einfetten und die Tranchen kurz durch die Butter ziehen, aufs Blech geben, mit einer Flocke Butter belegen und einen Schuss Weißwein angießen. Den Fisch mit Klarsichtfolie abdecken und das Blech bei 80 Grad in den Ofen geben, bis das Eiweiß stockt. Die andere Hälfte des Fisches mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wenden. Das überschüssige Mehl abklopfen. Nun eine Pfanne aufsetzen und den Fisch auf der Hautseite in Öl anbraten. Eine Flocke Butter zum Fisch geben und schmelzen lassen. Die Speisestärke in kaltem Wasser auflösen und in den Eintopf geben, sodass dieser sämig wird. Eine Flocke Butter hinzugeben und noch einmal kräftig umrühren. Den Eintopf in tiefen Tellern anrichten und den Saibling aus der Pfanne darauf geben. Die Saiblingstranchen aus dem Ofen nehmen und alternativ dazu anrichten.

Steffen Henssler am 13. Juni 2013

Eintopf von der Forelle japanisch

Für 4 Personen

2 große Forellen	1 Lorbeerblatt	4 Pfefferkörner
1 Nelke	10 Shiitake-Pilze	1 EL Pflanzenöl
5 EL Sojasauce	20 g Ingwer	100 g Karotten
100 g weißer Rettich	ca. 50 g helle Misopaste	1 Spritzer Limettensaft
Meersalz, Pfeffer	3 Stangen Frühlingslauch	1/2 Bund frischer Koriander

Die Forellen filetieren, die Gräten ziehen und die Haut entfernen.

Von den Karkassen die Kiemen entfernen, dann die Karkassen mit Kopf fein schneiden, mit kaltem Wasser waschen, abtropfen lassen, in einen Topf geben und mit kaltem Wasser bedecken. Bei niedriger Temperatur langsam aufkochen lassen und ab und zu den Schaum abschöpfen. Sobald der Fond einmal aufgeköcht hat, Lorbeerblatt, Pfefferkörner und Gewürznelke zugeben, Herd ausschalten und alles 5 Minuten ziehen lassen.

Den Fond durch ein Passiertuch gießen; es sollten mindestens 500 ml Fond entstehen.

Von den Pilzen die Strünke entfernen. Die Pilze in einer Pfanne mit 1 EL Pflanzenöl kräftig anbraten, mit der Sojasauce ablöschen und darin kurz glasieren. Anschließend in eine Schüssel geben und ziehen lassen.

Ingwer, Karotten und Rettich schälen und fein würfeln.

Den Forellenfond aufkochen und die Misopaste (nach Geschmack) einmischen, mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Gemüswürfel zugeben und darin gar ziehen. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Forellenfilets in schräge Stücke mundgerechte Stücke schneiden.

Den Frühlingslauch gut waschen und in sehr feine Scheiben schneiden.

Koriander abspülen, trocken schütteln und fein schneiden.

Die marinierten Pilze aus der Flüssigkeit nehmen und in feine Streifen schneiden.

Pilze und den Frühlingslauch in vorgewärmten tiefen Tellern anrichten. Die Forellenfiletstücke darauf verteilen und den Koriander darauf streuen. Die heiße Brühe direkt am Tisch aufgießen und genießen.

Michael Kempf am 27. März 2015

Fenchel-Safran-Suppe mit Tomaten

Für zwei Personen

1 Fenchelknolle (250 g)	150 g Datteltomaten	150 ml Gemüsefond
1 Vanilleschote	1 Knoblauchzehe	1 Ingwerknolle à 2 cm
1 EL kalte Butter	50 ml Sahne	$\frac{1}{2}$ TL Pernod
1 Zweig Rosmarin	Olivenöl	mildes Chilisalز
Pfeffer		

Fenchel putzen, in einzelne Blätter teilen und waschen. In $1\frac{1}{2}$ bis 2 cm große Stücke schneiden, das Fenchelgrün beiseitelegen. Knoblauch abziehen, in Scheiben schneiden. Ingwer schälen, klein hacken. Fenchel und Fond mit der Vanilleschote, Knoblauch und Ingwer in einen Topf geben. Den Fenchel darin knapp unter dem Siedepunkt ca. 8 Minuten weich garen. 2 Fenchelgrünspitzen beiseitelegen, den Rest klein schneiden, zum Fenchel geben und erhitzen. Kalte Butter unterrühren, den Pernod und die Sahne hinzufügen und alles mit Chilisalز und Pfeffer würzen. Vanilleschote wieder entfernen und Suppe fein pürieren. Tomaten waschen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln. 1 TL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Tomaten und Rosmarin zugeben, mit Chilisalز würzen.

Suppe in tiefen Tellern anrichten, mit Tomaten und Fenchelgrün garnieren und servieren.

Alfons Schuhbeck am 07. Juli 2017

Fenchel-Suppe mit Bratwurst-Bällchen

Für vier Portionen

Für die Suppe:

2 Fenchelknollen	1 mittlere, mehlig. Kartoffel	2 EL Olivenöl
1 TL Zucker	3 cl Wermut	600 ml Gemüsebrühe
200 ml Sahne	2 Kalbsbratwürste (a 125 g)	Salz, Pfeffer

Fenchel und Kartoffeln waschen, Fenchel putzen, Kartoffel schälen und beides in grobe Stücke schneiden. Fenchelgrün aufbewahren. Olivenöl in einem großen Topf erhitzen, Kartoffeln und Fenchel darin anbraten, mit Zucker bestreuen und mit dem Wermut ablöschen. Brühe angießen und die Suppe etwa 15 Minuten köcheln lassen. Sahne zugeben und weitere zwei bis drei Minuten kochen lassen, anschließend pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pelle der Würste abziehen, aus dem Brät kleine Bällchen formen. Bratwurstbällchen in die heiße Suppe geben und darin garziehen lassen. Fenchelgrün klein schneiden. Suppe mit den Bällchen in tiefen Tellern anrichten und mit dem Fenchelgrün bestreuen.

Horst Lichter am 16. August 2014

Frühlingskräuter-Suppe mit Garnelen

Für vier Portionen

1 Bund Frankfurter 7 Kräuter	1 Zwiebel	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
1 EL Butter	1 TL Mehl	700 ml Gemüsebrühe
150 ml Sahne	Salz	Pfeffer
frische Muskatnuss	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	2 Stiele Thymian
2 EL Olivenöl	12 Garnelen	4 Holzspieße
Küchengar		

Kräuter waschen, trockentupfen und die Blätter von den Stielen zupfen. Einige schöne Kräuterblätter zur Garnitur beiseitelegen. Stiele mit einem Küchengar zusammenbinden.

Kräuter grob hacken. Zwiebel und Knoblauch schälen und kleinschneiden. Butter in einem Topf schmelzen, Zwiebeln und Knoblauch anschwitzen, mit Mehl bestäuben und kurz anschwitzen. Mit der Brühe auffüllen, alles gut verrühren. Kräuterstiele zugeben und die Suppe zehn Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit je drei Garnelen auf einen Holzspieß stecken. Den Knoblauch kleinschneiden, Thymian waschen, trockentupfen und hacken. Knoblauch, Thymian und Olivenöl mischen und die Garnelen damit bestreichen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne von beiden Seiten zwei Minuten anbraten.

Die Kräuterstiele aus der Suppe nehmen. Sahne und Kräuterblätter zugeben und einmal kurz aufkochen lassen. Suppe fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Die Suppe in tiefen Schalen anrichten, mit den restlichen Kräutern und den Garnelenspießen servieren.

Horst Lichter am 18. April 2015

Frankfurter Kräuter-Schaumsuppe

Für 2 Portionen

1 Bund Frankfurter Kräuter	2 Schalotten	20 g Butter
50 ml Weißwein	250 ml Sahne	500 ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer	Muskatnuss	1 Prise Zucker

Die Kräuter abbrausen, trocken schütteln und die Blätter von den Stielen zupfen. Die Schalotten abziehen und klein würfeln. Die Butter in einem Topf erhitzen und die Schalottenwürfel darin anschwitzen. Die Hälfte der Kräuter dazugeben, zusammen mit dem Zucker anschwitzen und das Ganze mit Weißwein ablöschen. Die Brühe angießen und alles zehn Minuten köcheln lassen. Anschließend die Sahne hinzugeben, nochmals kurz aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Suppe und die restlichen Kräuter in einen Standmixer geben und fein pürieren, bis die Suppe eine intensiv grüne Farbe annimmt. Abschließend in den Topf zurück geben, nochmals erhitzen und mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat würzen. Die Suppe in tiefen Tellern anrichten und servieren. Guten Appetit!

Tipp:

Um die Suppe etwas feiner zu haben, können Sie die Suppe vor dem Servieren auch noch durch ein Sieb passieren!

Steffen Hensler am 14. März 2013

Französische Zwiebel-Suppe

Für 2 Personen

1 Gemüsezwiebel	1 Knoblauchzehe	2 Scheiben Speck
1 EL Butter	20 ml Cognac	250 ml Weißwein
250 ml Fleischbrühe	3 Stiele Thymian	3 Stiele glatte Petersilie
2 Scheiben Kastenweißbrot	50 g Bergkäse	Salz, Pfeffer

In einem Topf mit Butter die Zwiebel mit Knoblauch hellbraun anrösten, mit Cognac ablöschen. Dann mit Wein und Brühe auffüllen, Thymian zugeben und 30 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Weißbrotscheiben leicht toasten oder in einer Pfanne rösten. Käse fein reiben, auf die Brotscheiben streuen und kurz vor dem Servieren der Suppe unter der Grillschlange gratinieren. Thymian aus der Suppe entfernen, Petersilie unter die Suppe mischen und abschmecken. Die Suppe in Suppentassen anrichten, die gratinierten Brotscheiben oben auflegen, mit grobem Pfeffer bestreuen und servieren.

Vincent Klink am 21. November 2013

Geeiste Tomaten-Gurken-Suppe mit Crevetten

Für 4 Personen

200 g Crevetten	70 ml Olivenöl	Meersalz, Pfeffer
1 Bund Basilikum	3 Zweige Estragon	8 Tomaten
2 Salatgurken	1 Stange Staudensellerie	2 Knoblauchzehen
ca. 100 ml Tomatensaft	150 ml Gemüsebrühe	10 ml weißer Balsamico

Crevetten in 1 EL Olivenöl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Basilikum und Estragon waschen, trocken schütteln und fein hacken. Die Crevetten mit den Kräutern und 30 ml Olivenöl marinieren und in den Kühlschrank stellen. Tomaten waschen, am Strunkansatz einritzen, 30 Sekunden in kochendes Wasser geben, in Eiswasser abschrecken und anschließend häuten. Die Salatgurken waschen und schälen, Staudensellerie waschen. Von der Tomate und Gurke eine kleine Menge (jeweils ca. 1 EL) in kleine feine Würfel schneiden und zur Dekoration beiseite stellen. Das restliche Gemüse grob würfeln. Knoblauch schälen und mit den Gemüsestücken in einen Mixer geben. 30 ml Olivenöl, Tomatensaft, Gemüsebrühe und Essig zugeben und fein pürieren. Die Suppe durch ein Sieb passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Ca. 30 Minuten in den Kühlschrank stellen und gut durchkühlen. Vor dem Anrichten nochmals abschmecken. Die Suppe in tiefen Tellern anrichten, mit dem fein gewürfelten Gemüse und den marinierten Crevetten anrichten.

Karlheinz Hauser am 07. Juli 2014

Gemüse-Suppe unter der Blätterteig-Haube

Für 4 Personen

20 g getrocknete Pilze	200 g Knollensellerie	2 Karotten
200 g Petersilienwurzel	1 Stange Lauch (ca. 200 g)	15 g getrocknete Tomaten
8 Pfefferkörner	1 l Gemüsebrühe	1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin	3 Lorbeerblätter	Salz, Pfeffer
1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Basilikum	1/2 Bund Schnittlauch
2 Eigelb	150 g Blätterteig	

Zunächst die getrockneten Pilze in Wasser einweichen. Das Sellerie, Karotte und Petersilienwurzel schälen und waschen. Von jedem Gemüse jeweils ca. 15 g in 5 mm große Würfel schneiden und für die Einlage beiseite stellen. Den Rest grob würfeln. Lauch putzen, waschen und grob würfeln. Die getrockneten Tomaten hacken. Die Pfefferkörner grob zerstoßen. In einem großen Topf die Gemüsebrühe mit den groben Gemüswürfeln, Lauch, Tomaten, den dem Einweichfond der Pilze (Pilze ebenfalls für die Einlage beiseite stellen), den Kräuterzweigen, Lorbeerblättern und zerstoßenem Pfeffer aufkochen. Alles ca. 30 Minuten köcheln lassen, dann durch ein Tuch passieren, die Brühe mit Salz und Pfeffer abschmecken und kalt stellen. Petersilie, Basilikum und Schnittlauch abspülen, trocken schütten und fein hacken. Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Suppentassen am äußeren Rand mit verquirltem Eigelb bepinseln, Pilze und kleine Gemüswürfel in die Tassen geben und zu drei Viertel mit der Brühe füllen. Die gehackten Kräuter darauf verteilen. Vom Blätterteig so große Scheiben ausstechen, dass sie rund um die Suppentassen 1 cm hinaus stehen. Mit den Teigplatten als Deckel die Tassen verschließen und behutsam andrücken. Die Teigoberfläche mit dem restlichen Eigelb bepinseln und alles ca. 25 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben. Wenn der Teigdeckel goldgelb gebacken ist, die Suppentassen aus dem Ofen nehmen und sofort servieren.

Otto Koch am 13. Dezember 2013

Gersten-Cremesuppe mit Räucherschinken

Für 4 Personen

Für die Gerstencremesuppe:

100 g Gerstenreis	2 Schalotten	1 junger Lauch
1 kleine Karotte	1 Stange Staudensellerie	30 g geräucherte Speckwürfel
1 TL Olivenöl	60 ml Weißwein	500 ml Geflügelfond
300 g Sahne	1 EL Bohnenkraut	Salz, weißer Pfeffer
1 EL Sauerrahm		

Für die pochierten Eier:

120 g Schwarzwälder Schinken	60 ml Weinessig	4 Eier
------------------------------	-----------------	--------

Für die Gerstencremesuppe:

Den Gerstenreis über Nacht im kalten Wasser einweichen und quellen lassen. Schalotten schälen und fein würfeln. Lauch putzen und waschen. Das weiße vom Lauch fein würfeln. Die grünen Teile in dünne Rinde schneiden. Karotte und Sellerie schälen bzw. putzen und ebenfalls fein würfeln. Gerste abschütten, Schalotten und Speck in Olivenöl andünsten. Gerste zugeben und kurz schmoren. Weißwein und Geflügelfond zugeben und alles ca. 12 Minuten langsam köcheln lassen. Gemüsewürfel, Sahne und Bohnenkraut unterrühren. Alles weiter ca. 10 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer und abschmecken. Den Schinken in feine Streifen schneiden. 1,5 Liter Wasser zum Kochen bringen. Weinessig zugeben.

Für die pochierten Eier:

Gekühlte Eier in einer Tasse vorsichtig aufschlagen. Eier nach und nach in das ungesalzene Wasser geben und 3 bis 4 Minuten pochieren. Eier herausnehmen und kurz in warmes, gesalzenes Wasser geben. Eier herausnehmen und abtropfen lassen. Abstehende Eiweißsegmente abschneiden. Eier würzen. Pochierte Eier auf vier Teller verteilen. Die Gerstencremesuppe mit Sauerrahm verfeinern und über die Eier geben. Die grünen Lauchringe und den Schinken darüber streuen.

Jörg Sackmann am 19. November 2013

Getrübete Schwarzwurzel-Suppe mit Lachs-Tatar

Für 2 Personen

Suppe:

250 g Schwarzwurzeln	1 Schalotte	Olivenöl
500 ml Gemüsefond	100 ml Weißwein	20 g Butter
50 ml Trüffelöl	250 ml Sahne	Pfeffer
Salz	1 schwarzer Trüffel	

Tatar:

250 g frisches Lachsfilet	30 ml Trüffelöl	frischer Koriander
getrocknete Chili	Salz, Pfeffer	

Suppe:

Schwarzwurzeln waschen, schälen und in gleich große Stücke schneiden. Schalotte abziehen und würfeln. Beides im Olivenöl anschwitzen. Das Ganze leicht salzen, die Butter dazugeben und kurz mit anrösten. Mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Das Gemüse mit Gemüsefond und etwas Trüffelöl aufgießen und bei geschlossenem Deckel weich garen. Sahne zugeben, nochmals aufkochen. Die Suppe fein pürieren und in den Topf zurück geben. Nochmals aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp:

Schwarzwurzeln werden nach dem Schälen sehr schnell braun. Deshalb entweder sofort verarbeiten oder in Wasser mit etwas Zitronensaft legen.

Lachs:

Den Lachs fein würfeln. Mit dem Trüffelöl, einem Hauch Chili, Salz und Pfeffer würzen. Koriander fein hacken und unter das Tatar mischen. Die Suppe schaumig aufmixen und in tiefen Tellern anrichten, das Lachstatar als Nocke in die Suppe setzen. Zum Schluss die Suppe mit dem fein gehobelten Trüffel servieren.

Steffen Henssler am 12. Februar 2013

Ghormeh Sabzi Grüner Eintopf

Für 4 Personen

120 g rote Bohnenkerne	50 g Bockshornkleeblätter	2 rote Zwiebeln
500 g Lammfleisch	2 EL Butterschmalz	1 TL Kurkuma
Salz	3 getrocknete Limetten	ca. 1 l Lammfond
200 g Blattspinat	200 g glatte Petersilie	200 g Lauchzwiebel
1 Zitrone		

Die roten Bohnen über Nacht in einer Schüssel mit reichlich Wasser einweichen.

Die getrockneten Bockshornkleeblätter kurz in Wasser einweichen.

Die Zwiebeln schälen und würfeln. Das Fleisch in Würfel von ca. 2 cm Kantenlänge schneiden.

Die Zwiebeln in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anbraten, Kurkuma zugeben und kurz

mit braten. Fleischwürfel zugeben, von allen Seiten anbraten und salzen. Die eingeweichten

Bohnen abspülen und zugeben, die getrockneten Limetten andrücken und ebenfalls zugeben. Die

eingeweichten Bockshornkleeblätter ausdrücken, zugeben und umrühren. Immer so viel Brühe

zugeben, dass alles knapp bedeckt ist und das Fleisch und die Bohnen ca. 1 Stunde weich

garen. Regelmäßig umrühren und falls nötig Brühe zugeben. Den Spinat waschen, die Stiele

entfernen und abtropfen lassen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

Lauchzwiebeln putzen und waschen. Spinat, Petersilie und Lauchzwiebeln fein hacken und mit

1 EL Butterschmalz bei kleiner Hitze ca. 5 Minuten in einer Pfanne anbraten, aufpassen, dass

die Kräuter nicht anbrennen. Wenn das Fleisch und die Bohnen fast weich sind, die gebratenen

Kräuter zugeben und alles zusammen 10 Minuten köcheln lassen, dabei öfters umrühren. Von

der Zitrone den Saft auspressen. Den Eintopf mit Salz und Zitronensaft abschmecken. Dazu

passt persischer Reis.

Jacqueline Amirfallah am 18. November 2015

Grüne Spargel-Suppe mit Garam-Masala-Milchschaum

Für zwei Personen

1 Bund grüner Spargel	$\frac{1}{2}$ Bund Blatt Petersilie	2 Schalotten
200 ml Weißwein	500 ml Gemüsebrühe	250 ml Sahne
50 g Mehl	50 g Butter (zimmerwarm)	200 ml Milch
1 TL Garam-Masala	1 Prise Zucker	Pflanzenöl, Salz

Die Butter und das Mehl im Verhältnis 1:1 verkneten (Beurre Manier) und bis zur Weiterverarbeitung kühl stellen.

Die unteren zwei Drittel der Spargelstangen schälen, sowie ein bis zwei Zentimeter der Stangen am Ende abschneiden. Die Schalen und die Abschnitte zusammen mit der kalten Gemüsebrühe in einen Topf geben, langsam auf dem Herd erhitzen, einmal aufkochen und vom Herd nehmen. Den Spargelfond circa eine halbe Stunde ziehen lassen und anschließend passieren.

Von den Spargelstangen die Spitzen großzügig abschneiden und zusammen mit den Stangen in stark gesalzenem Wasser weich, bzw. bissfest kochen, anschließend sofort in Eiswasser abschrecken und danach gut abtropfen lassen. (Damit die grüne Farbe erhalten bleibt!)

Die Schalotten schälen, in Scheiben schneiden und in einem Topf mit wenig Pflanzenöl anschwitzen. Anschließend mit Weißwein ablöschen, reduzieren lassen, mit einem halben Liter Spargelfond und der Sahne auffüllen, aufkochen lassen, mit einer Prise Salz abschmecken und mit der vorbereiteten Mehlbutter (Beurre Manier) leicht binden und kurz weiterkochen lassen.

Die Petersilienblätter von den Stielen zupfen und zusammen mit den Spargelstangen (nicht den Spitzen) in einen Mixer geben, mit der heißen Suppe auffüllen und fein mixen. Anschließend nochmals mit Salz und ggf. einer kleinen Prise Zucker abschmecken, in Gläser bzw. tiefe Teller füllen und die Spargelspitzen als Suppeneinlage hineingeben (es empfiehlt sich, die Spargelspitzen kurz vor dem Servieren in leicht gesalzenem Wasser zu erwärmen, weil die Suppe dann nicht zu stark abkühlt, als wenn man die Einlage kalt hineingibt).

Die Milch in einem kleinen Topf erhitzen, mit Garam Masala abschmecken, mit Hilfe eines Pürierstabs schaumig aufmixen und auf der grünen Spargelsuppe anrichten.

Alexander Herrmann am 11. März 2015

Grieß-Klößchen-Suppe

Für 4 Personen

500 g Fleischknochen	1/2 TL weiße Pfefferkörner	300 g Siedfleisch
1 Zwiebel	1 Bund Suppengemüse	Salz
250 ml Milch	60 g Butter	80 g Weichweizengrieß
1 Ei	1 Eigelb	Pfeffer
1 Prise Muskat	1/2 Bund Schnittlauch	

Die gewaschenen Fleischknochen mit den Pfefferkörnern in einem Topf mit 1,5 l kaltem Wasser aufsetzen und zum Kochen bringen. Das Fleisch mit Wasser abspülen und in die kochende Flüssigkeit geben. Die Hitze so reduzieren, dass die Brühe nur noch simmert. Alles 1 Stunde simmern lassen, dabei immer wieder die Brühe abschäumen. Die Zwiebel ungeschält halbieren und auf der Schnittfläche in einer Pfanne dunkel anrösten. Das Suppengemüse waschen, schälen und in Würfel schneiden. Die Brühe leicht salzen, das gewürfelte Suppengemüse, die beiden Zwiebelhälften zugeben und weitere 30 Minuten simmern lassen. Dann die Gemüsewürfel und das Siedfleisch aus dem Topf nehmen, die Brühe passieren, wieder in den Topf geben und abschmecken. Das Fleisch nach Belieben in kleine Würfel schneiden. Es kann mit dem Gemüse als Einlage für die Suppe verwendet werden. Für die Klößchen die Milch aufkochen, Butter darin auflösen und den Grieß einrühren, bis die Masse recht dick wird und fast am Topfboden anbrennt. In eine Schüssel umfüllen, Ei und Eigelb schnell unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Einen Topf mit Salzwasser aufkochen. Aus der Grießmasse mit einem Löffel Nocken abstechen und diese im siedenden Salzwasser ca. 8 Minuten sanft garen. Die Fleischbrühe erneut aufkochen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Klößchen als Einlage in Suppenteller geben, mit Fleischbrühe aufgießen, mit Schnittlauch bestreuen und servieren.

Vincent Klink am 17. Oktober 2013

Gulasch-Suppe

Für 4 Personen

400 g Rindfleisch	250 g Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
3 EL Öl	Salz, Pfeffer	1 EL Tomatenmark
1/2 TL Paprikapulver, edelsüß	1/2 TL Paprikapulver, scharf	200 ml trockener Rotwein
1,5 l Fleischbrühe	1 Lorbeerblatt	250 g Kartoffeln

Das Rindfleisch in 1 cm große Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Öl in einem großen Topf erhitzen. Das Fleisch darin rundherum bei starker Hitze 5 Min. anbraten, salzen und pfeffern. Zwiebeln und Knoblauch zugeben und bei mittlerer Hitze 2 Minuten mitbraten. Tomatenmark und Paprikapulver einrühren und kurz mitrösten. Mit Rotwein ablöschen und auf die Hälfte einkochen. Brühe und Lorbeerblatt zugeben, alles aufkochen und zugedeckt 20 Minuten kochen. Inzwischen die Kartoffeln schälen. 1 Kartoffel fein reiben, den Rest in 1 1/2 cm große Würfel schneiden. Geriebene Kartoffel und Kartoffelwürfel unterrühren und die Suppe weitere 20 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Karlheinz Hauser am 29. Dezember 2014

Gulasch-Suppe

Für 4 Personen

2 Zwiebel	1 EL Butterschmalz	600 g Rindfleisch (Schulter)
Salz	2 EL Paprikapulver, rosenscharf	1 EL Tomatenmark
1 l Fleischbrühe	3 Kartoffeln, festk.	1 rote Paprika
1 grüne Paprika	1 Chilischote	2 EL Olivenöl
60 g saure Sahne		

Die Zwiebeln schälen und fein würfeln.

In einem Topf Butterschmalz erhitzen, die Zwiebeln darin anbraten.

Das Rindfleisch in 0,5 cm kleine Würfel schneiden, mit braten. Mit Salz und Paprika würzen. Tomatenmark zugeben und kurz mit rösten. Mit der Brühe auffüllen und kochen.

Die Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden und mitkochen bis alles weich ist.

Die Paprika putzen und in feine Würfel schneiden. Die Chilischote entkernen und sehr fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen, Paprikawürfel anbraten, Chili zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die angebratenen Paprikawürfel zur Suppe geben, nochmal abschmecken und in vorgewärmte Teller füllen. Mit einem Löffel saurer Sahne garnieren. Dazu passt Baguette.

Vincent Klink am 29. Dezember 2016

Hähnchen-Suppentopf

Für 4 Personen

15 g getrocknete Morcheln	2 Zwiebeln	1 Freilandhähnchen
Salz	1 Lorbeerblatt	2 Schalotten
400 g Kartoffeln	300 g Karotten	200 g Sellerie
1 EL Butterschmalz	1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Schnittlauch
Pfeffer		

Die Morcheln in eine kleine Schüssel geben, mit etwas Wasser bedecken und einige Minuten ziehen lassen. Eine Zwiebel schälen und grob schneiden. Vom Hähnchen die Brust und die Keulen auslösen. Das Gerippe in einen Topf geben, mit 1,5 l Wasser auffüllen und aufkochen. Etwas Salz, Lorbeerblatt und die Zwiebelstücke zugeben und ca. 8 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. In der Zwischenzeit Kartoffeln, Karotte und Sellerie putzen, schälen und in 2 cm große Würfel schneiden. Die eingeweichten Morcheln in kleine Stücke schneiden und mit dem Einweichwasser und den Gemüsewürfeln mit in den Eintopf geben und weiter köcheln lassen. Die Hähnchenkeulen vom Knochen lösen, in Stücke schneiden und mit in den Topf geben. Alles 7 Minuten köcheln lassen, dann die in Stücke geschnittene Hähnchenbrüste zugeben und nochmals alles ca. 7 Minuten köcheln lassen, bis das Fleisch durchgegart ist. In der Zwischenzeit die restliche Zwiebel schälen, halbieren, in feine Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz goldbraun anbraten. Petersilie und Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Das Gerippe und das Lorbeerblatt aus dem Eintopf nehmen. Den Eintopf mit Salz und Pfeffer abschmecken, die Kräuter untermischen und anrichten. Die gerösteten Zwiebeln obenauf geben und servieren.

Vincent Klink am 15. Januar 2015

Hühnchen-Lauch-Eintopf

Für vier Portionen

2 Stangen Lauch	150 g dicke weiße Bohnen	400 g Hühnchenfilet
125 g Zuckerschoten	30 g Butter	500 ml Gemüsefond
2 Stiele Estragon	150 g Schlagsahne	100 g Bacon
2 Stangen Frühlingszwiebeln	Salz, Pfeffer	

Den Lauch putzen, waschen und in einen Zentimeter dicke Ringe schneiden. Die Bohnen in ein Sieb geben, unter kaltem Wasser kurz abspülen und gut abtropfen lassen. Die Hühnchenbrust waschen, trocken tupfen und in Stücke schneiden. Die Zuckerschoten waschen und halbieren. Die Butter in einem Topf erhitzen. Das Hühnchenfleisch darin drei bis fünf Minuten rundherum goldbraun anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Nun den Lauch und die Zuckerschoten zugeben und weitere zwei bis drei Minuten braten. Mit Brühe ablöschen und einmal aufkochen. Zuletzt die Bohnen zugeben und nochmal drei bis fünf Minuten köcheln lassen. Den Estragon waschen, trocken schütteln und die Blättchen klein hacken. Danach mit der Sahne zum Eintopf geben und nochmals aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Bacon kleinwürfeln und in einer Pfanne ohne Fett goldbraun und knusprig braten. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Den Eintopf in tiefen Suppenschalen anrichten und je einen Esslöffel knusprigen Speck darauf geben. Mit den Frühlingszwiebeln bestreuen.

Horst Lichter am 19. Oktober 2013

HühnerSuppe zum Wohlfühlen

Für 6 Personen

Hühnerbrühe:

1 Suppenhuhn (1,3 kg)	3 Möhren	1 Stange Lauch
$\frac{1}{2}$ Sellerieknolle	1 Fenchelknolle	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	2 Petersilienwurzeln	1 Lorbeerblatt
2 Wacholderbeeren		

Gemüseeinlage:

1 Möhre	200 g Brokkoli	100 g Erbsen
1 Pastinake	200 g Kohl	4 EL Kräuter

Eierstich:

2 Eier	$\frac{1}{8}$ l Milch	Salz, Muskatnuss
--------	-----------------------	------------------

Setzen Sie das Suppenhuhn in einem großen Topf mit 3,5 l kaltem Wasser auf. Kurz aufkochen, dann eine Stunde leise köcheln lassen. Immer wieder Schaum abschöpfen, so bleibt die Suppe klar.

Suppengemüse waschen, grob schneiden, mit Lorbeer und Wacholder in den Sud geben, weitere 45 Minuten köcheln.

Das Gemüse für die Suppeneinlage waschen, kleinschneiden.

Eier, Milch, Salz und eine Prise Muskatnuss für den Eierstich mit einem Schneebesen in einer Schüssel verquirlen. Eiermilch in 2 gefettete Tassen gießen (bis zu zwei Drittel hoch). Tassen mit Alufolie gut verschließen und in einen großen Topf stellen. So viel heißes Wasser angießen, dass die Tassen zu etwa zwei Drittel im Wasser stehen. Wasser aufkochen. Eiermilch unterm Topfdeckel bei schwacher Hitze 30 bis 35 Minuten stocken lassen. Den Eierstich aus Tassen stürzen, nach Belieben in Form schneiden, etwa in Rauten.

Entfernen Sie Huhn und Suppengemüse per Schöpfkelle aus dem Sud. Lassen Sie ihn durch ein Tuch oder feines Sieb laufen. Mit Salz abschmecken.

Kleingeschnittenes Gemüse für die Einlage (Brokkoli, Kohl und Co.) zum Sud geben, 8 Minuten gar ziehen lassen.

Fleisch von den Knochen lösen, kleinschneiden und am Ende zusammen mit dem Eierstich in die Suppe geben.

test Februar 2014

Hühner-Brühe mit Kaiser-Schöberl

Für 4 Personen

Für die Hühnerbrühe:

1 Freilandhuhn (1,3 kg)	1 Zwiebel	Salz, Pfeffer
1 Lorbeerblatt	1/2 Stange Lauch	1 Möhre
1 Petersilienwurzel	1/2 Bund Schnittlauch	1/2 Bund glatte Petersilie

Für die Kaiserschöberl:

3 Eier	50 g weiche Butter	Salz, Muskat
2 EL Sahne	75 g Mehl	1-2 EL Parmesan
30 g gekochter Schinken	Salz, Muskat	

Für die Hühnerbrühe:

Das Huhn abwaschen, in einen Topf geben und mit kaltem Wasser bedecken. Die Zwiebel in grobe Stücke schneiden und mit Salz und dem Lorbeerblatt zugeben. Alles ca. 1,5 Stunden kochen. Lauch, Möhre und Petersilienwurzel putzen bzw. schälen, in feine Stücke schneiden und ca. 20 Minuten vor Kochende dazugeben. Die Hühnerbrühe durch ein feines Sieb passieren, den Fond abschmecken und das Gemüse beiseite stellen. Petersilie und Schnittlauch waschen, fein hacken bzw. schneiden. Das Hühnerfleisch vom Knochen lösen, in Würfel schneiden und für das Frikassee zur Seite stellen. Gemüse in Stücke schneiden und in die Brühe geben. Mit Pfeffer und Salz abschmecken, Petersilie und Schnittlauch unterrühren und servieren.

Tipp:

Aus dem Hühnerfleisch Frikassee zubereiten.

Für die Kaiserschöberl:

Die Eier trennen. Die Butter in einem schmalen Gefäß cremig rühren, mit Salz und Muskat würzen, Eigelbe und Sahne nach und nach unter rühren (sollte die Masse gerinnen – zu kalte Eier oder Sahne-, das Gefäß in warmes Wasser stellen unditerrühren bis sie gebunden ist) Mehl dazu sieben und untermischen. Eiweiß steif schlagen, unter die Masse heben, danach den Käse unterheben. Den Schinken in sehr feine Würfel schneiden und ebenfalls unter die Masse heben. Die Masse in eine gebutterte oder mit Backpapier ausgelegte Kuchenform (ca. 26 cm Durchmesser) streichen. Im auf 180 Grad vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten goldbraun backen. Dann aus der Form nehmen, auskühlen lassen und in Rauten schneiden. Die Schöberl in die Suppe geben.

Vincent Klink am 02. Mai 2013

Hühner-Suppe mit Koriander-Gemüse und Zwiebel-Strudel

Für 4 Personen

1 frisches Suppenhuhn (1,5 kg)	200 g Karotten	200 g Knollensellerie
2 Zwiebeln	1 Stange Lauch	2 EL Sonnenblumenöl
1 Knoblauchzehe	1 Halm Zitronengras	2 Lorbeerblätter
1 TL Pfefferkörner	Salz	

Für den Zwiebelstrudel:

200 g Mehl	5 EL Sonnenblumenöl	125 ml lauwarmes Wasser
Salz, Pfeffer	3 Zwiebeln	1/2 Bund Schnittlauch

Für das Koriander-Gemüse:

1 Karotte	1 Fenchel	1 Zucchini
1 rote Paprika	1/2 Bund Koriander	1/2 Bund Schnittlauch

Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Das Suppenhuhn auf ein Backblech oder in eine feuerfeste Form geben und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten goldbraun anbraten. In der Zwischenzeit Karotten, Sellerie und Zwiebel schälen und in grobe Stücke/Würfel schneiden. Lauch putzen, waschen und ebenfalls in Stücke schneiden.

In einem hohen Suppentopf das Öl erhitzen und das Gemüse darin goldbraun anrösten. Dann den Topf vom Herd ziehen und alles erkalten lassen.

Knoblauch schälen, vom Zitronengras die äußeren harten Hüllblätter entfernen. Zitronengras, Lorbeerblätter, Knoblauch, Pfefferkörner und 1 TL Salz zum gerösteten Gemüse geben. Ebenfalls das angebratene Suppenhuhn.

Alles auf Zimmertemperatur abkühlen lassen, dann mit ca. 2 l kaltem Wasser aufgießen und aufkochen. Sobald das Wasser einmal aufgeköcht hat, die Temperatur reduzieren, so dass alles nur siedet und nicht mehr kocht. Das Ganze ca. 2 Stunden auf dem Herd sieden lassen.

Für den Strudel Mehl mit 3 EL Öl, Wasser und 1 Prise Salz in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig kneten. Den Teig in Frischhaltefolie einschlagen und 30 Minuten ruhen lassen.

In der Zwischenzeit die Zwiebeln schälen, fein schneiden. In einer Pfanne 2 EL Öl erhitzen und die Zwiebeln darin goldbraun rösten. Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Zwiebeln mit Schnittlauch mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Strudelteig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche ca. 2 mm dick ausrollen, dann auf ein sauberes Küchentuch legen. Die Zwiebelmasse darauf verteilen und den Strudel mit Hilfe des Tuches aufrollen. Mit dem Messerrücken den Strudel in Dreiecke schneiden und diese auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und bei Zimmertemperatur trocknen lassen, dabei immer mal wieder wenden. (Der Strudeldreiecke werden nicht gebacken, sondern nur getrocknet. Weil sie so dünn sind garen sie später in der heißen Brühe schnell, wie eine Nudel. Wer das nicht möchte, kann sie auch in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten knusprig ausbraten.)

Für das Koriandergemüse Karotte schälen, waschen. Fenchel, Zucchini und Paprika waschen. Vom Paprika das Kerngehäuse entfernen. Alle Gemüse in sehr feine Streifen schneiden. Koriander und Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln. Korianderblättchen abzupfen und fein schneiden. Schnittlauch ebenfalls fein schneiden. Kräuter mit den Gemüsen mischen.

Die Hühnersuppe durch ein Sieb passieren und abschmecken.

Das Koriandergemüse in Suppenschalen verteilen, je ein Stück Strudel darauf legen und die heiße Brühe angießen. Nach Belieben kann das Fleisch des Suppenhuhns von der Karkasse gelöst werden und ebenfalls mit in der Suppe serviert werden.

Rainer Klutsch am 02. Januar 2017

Hühner-Suppe nach Großmutter's Art mit Nudel-Einlage

Für 4 Portionen

½ Suppenhuhn	½ Zwiebel	1 Bund Liebstöckel
1 Zehe Knoblauch	1 Wasser	1 Nelke
1 Lorbeerblatt	Salz, Pfeffer	2 Karotten
½ Sellerie	½ Stange Lauch	100 g Nudleinlage nach Wahl

Zutaten zunächst kleinschneiden. Wasser anschließend mit Zwiebel, Liebstöckel, Knoblauch, Nelken, Lorbeer und dem halben Suppenhuhn aufkochen und weitere 30 Minuten köcheln lassen. Danach mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Karotten, Lauch und Sellerie in gleichgroße Würfel schneiden und blanchieren. Die ausgewählten Nudeln kochen und mit Brühe und der Einlage aufgießen.

Frank Rosin am 28. Juli 2014

Holunderbeeren-Suppe mit Schnee-Eier

Für 4 Personen

Für die Suppe:

1 kg Holunderbeeren	250 ml Apfelsaft	1 Zitrone
100 g Zucker	1/2 TL Zimt	1 Nelke

Für die Schneeeier:

1 l Milch	1 Vanilleschote	90 g Zucker
4 Eiweiß		

Für die Suppe:

Holunderbeeren waschen, trocken tupfen und von den Stängeln zupfen. Die Beeren in einem Topf mit 500 ml Wasser aufkochen und 15 Minuten köcheln. Holunderbeeren auf ein Sieb geben und den Saft auffangen. Saft und abgeriebene Schale von der Zitrone zugeben. Apfelsaft, Zucker, Zimt und Nelke zur Suppe geben und kurz aufkochen.

Für die Schneeeier:

die Milch zum Kochen bringen. Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und auskratzen. Das Vanillemark beiseite stellen. Die beiden ausgekratzten Schalen der Vanilleschote mit einem Esslöffel Zucker in der Milch eine Viertelstunde kochen. Den Topf zur Seite stellen. Eiweiß mit dem restlichen Zucker in eine Schüssel geben und steif schlagen. Das Vanillemark zum Schaum geben und solange weiterschlagen, bis sich das Mark gleichmäßig verteilt hat. Das Eiweiß sollte nicht zu steif geschlagen sein. Mit einem Esslöffel aus der steifen Masse Nocken ausstechen und in die heiße Milch gegeben. Der Topf kommt wieder auf den Herd, sollte aber nur leicht kochen. Sind alle Nocken in der Milch den Topf vom Herd nehmen und abdecken. Die Nocken bei neunzig Grad 10 Minuten ziehen lassen, dann die Schneeeier drehen und wieder ziehen lassen. Keinesfalls darf die Milch kochen. Die Holundersuppe in tiefe Teller geben und mit den Schneeeiern servieren.

Vincent Klink am 24. Oktober 2013

Indische Curry-Suppe

Für 4 Personen

1 mittelgroßer Apfel	1 Banane	300 g Ananasfruchtfleisch
2 Zwiebeln	1 EL Sonnenblumenöl	2 TL Tandoori Gewürzmischung
2 TL Curry	3 EL Kokosmilch	500 ml Geflügelfond
250 ml fettarme Milch (1,5%)	120 g Hähnchenbrustfilet	Meersalz
4 EL gehackte Mandeln		

Apfel und Banane schälen. Den Apfel vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Ananasfrucht-
fleisch, Banane und Apfel in feine Scheiben oder Stücke schneiden. Ein Drittel der Ananasstücke
beiseite stellen. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Zwie-
beln darin glasig dünsten. Etwas Tandoori und Curry darüber stäuben. Die Obstwürfel zugeben,
kurz mitdünsten. Ebenfalls mit Tandoori und Curry würzen. Mit Kokosmilch, Geflügelfond und
fettarmer Milch ablöschen, alles aufkochen lassen. Anschließend mit einem Pürierstab pürieren.
Hähnchenbrust in feine Streifen schneiden, in die heiße Suppe geben und ca. 3 Minuten sanft kö-
cheln lassen. Übrige Ananasstücke zufügen kurz erhitzen. Die Suppe mit Meersalz abschmecken.
Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie zu duften beginnen. Herausnehmen, abkühlen
lassen. Die heiße Suppe in Suppentassen oder tiefe Teller füllen, mit den Mandeln bestreuen und
servieren. Dazu passt indisches Chapati- oder Naanbrot.

Frank Buchholz am 03. Februar 2014

Italienische Gemüse-Suppe mit Kalb-Klößchen

Für 4 Portionen

Suppe:

1 Aubergine	1 Zucchini	$\frac{1}{2}$ Stange Lauch
100 g Knollensellerie	1 Möhre	1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen	1 Zweig Rosmarin	3 getrockn. Öl-Tomaten
3 EL Olivenöl	2 EL Tomatenmark	1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer		

Klößchen:

1 altbackenes Brötchen	5 EL Sahne	1 TL Kapern, in Lake
300 g Kalbshackfleisch	1 EL gehackte Petersilie	1 Ei
1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer	1 $\frac{1}{4}$ l Gemüsebrühe

Für die Klößchen das Brötchen in Würfel schneiden, in einem tiefen Teller mit der Sahne begießen und kurz einweichen. Die Kapern abtropfen lassen und hacken. Das Hackfleisch mit dem eingeweichten Brötchen, den Kapern, Petersilie und Ei zu einer homogenen Masse verkneten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse mit leicht angefeuchteten Händen golfballgroße Klößchen formen. Die Gemüsebrühe aufkochen, die Hitze reduzieren und die Klößchen darin 710 Minuten gar ziehen lassen.

In der Zwischenzeit für die Suppe Aubergine und Zucchini waschen und ohne Stielansatz in kleine Würfel schneiden. Den Lauch putzen, gründlich waschen und in feine Ringe schneiden. Möhre, Sellerie, Zwiebel und Knoblauch schälen und ebenfalls würfeln. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die getrockneten Tomaten auf Küchenpapier abtropfen lassen und fein schneiden.

Die Kalbsklößchen aus der Brühe heben und abtropfen lassen. Die Brühe durch ein feines Sieb gießen und beiseite stellen. Das Öl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze 4 Minuten anschwitzen. Lauch und Knoblauch dazugeben und 1 Minute mitschwitzen. Möhre und Sellerie ebenfalls dazugeben und kurz mitschwitzen. Aubergine und Zucchini dazugeben und ebenfalls anschwitzen. Das Tomatenmark einrühren und leicht anrösten. Die Brühe angießen, alles aufkochen und das Gemüse darin bei mittlerer Hitze bissfest garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kurz vor dem Servieren die Klößchen in der Brühe wieder erwärmen.

Frank Rosin am 30. März 2016

Japanische Nudel-Suppe

Für 4 Portionen

1,5 l Gemüsebrühe	1 Blatt Kombu-Alge	8 getrocknete Shiitakepilze
$\frac{1}{2}$ -1 Knoblauchzehe	3-4 El helle Sojasauce	$\frac{1}{2}$ El Zucker
$\frac{1}{2}$ Chinakohl	4 Frühlingszwiebeln	200 g fester Tofu
50 g Sojasprossen	2 El Öl	Salz, Pfeffer
200 g dicke asiatische Nudeln	1 Bund Koriandergrün	

Brühe mit Kombu-Alge in einem großen Topf aufkochen und 1 Std. zugedeckt bei milder Hitze ziehen lassen. Shiitakepilze mit 200 ml kochendem Wasser übergießen und 30 Min. einweichen. Alge aus der Brühe nehmen. Pilze in Scheiben schneiden, Knoblauch fein hacken und beides in die Brühe geben. Mit heller Sojasauce und Zucker würzen. Aufkochen und 5 Min. weiterkochen. Chinakohl putzen, längs halbieren und in 1 cm breite Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und in dünne Ringe schneiden. Tofu trocken tupfen und würfeln. Sprossen in einem Sieb kalt abspülen und gut abtropfen lassen.

Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Chinakohl, Tofu, die Hälfte der Zwiebeln und die Sprossen zugeben, salzen, pfeffern und hellbraun anbraten.

Nudeln nach Packungsanweisung garen und abgießen. Nudeln und Kohlmischung in eine große Schüssel geben. Brühe darübergießen. Restliche Zwiebeln und Korianderblättchen daraufgeben und die Suppe sofort servieren.

Tim Mälzer am 11. Januar 2014

Königsberger Kartoffel-Eintopf

Für 4 Portionen

Suppe:

5 große Kartoffeln	1 Bund Suppengrün	3 Schalotten
1 Knoblauchzehe	4 dünne Sch. Frühstücksspeck	1 EL Margarine
3 Mettenden	1 l Gemüsebrühe	3 Schalotten
Einlage	3 EL neutrales Pflanzenöl	600 g gemischtes Hackfleisch
1 Ei	1 Eigelb	2 EL Kapern abgetropft
2 EL scharfer Senf	1 TL Paprikapulver edelsüß	1 Prise Zucker
1 Prise Pfeffer	1 Prise Salz	4 Stängel gehackte Petersilie

Für die Suppe die Kartoffeln schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Das Suppengrün putzen, nach Bedarf schälen, waschen und ebenfalls in Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Frühstücksspeck in feine Streifen schneiden.

Die Margarine in einem großen Topf erhitzen und die Speckstreifen darin bei mittlerer Hitze auslassen. Die Schalottenwürfel hinzufügen und 3 Minuten glasig schwitzen. Knoblauch, Kartoffeln und Gemüse dazugeben und 2 Minuten mitschwitzen. Die Brühe angießen, alles aufkochen und die Kartoffeln bei mittlerer Hitze 15-20 Minuten weich garen.

In der Zwischenzeit für die Einlage die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Einen EL Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Schalottenwürfel darin bei mittlerer Hitze 3 Minuten glasig schwitzen. Den Zucker einstreuen und leicht karamellisieren. Die Kapern fein hacken.

In einer Schüssel Schalotten, Kapern, Hackfleisch, Ei, Eigelb, Senf und Paprikapulver verkneten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse mit leicht angefeuchteten Händen golfballgroße Kugeln formen. Das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen und die Hackbällchen darin bei starker Hitze rundherum 6-7 Minuten anbraten. Die Temperatur reduzieren und die Hackbällchen 3 Minuten nachziehen lassen. Die Mettenden in Scheiben schneiden und in einer beschichteten Pfanne ohne die Zugabe von Fett rundherum anbraten. Beides zur Suppe geben.

Die Kartoffelsuppe mit Hackbällchen und Mettwurstscheiben auf die Teller verteilen und mit Petersilie garniert servieren.

Frank Rosin am 13. Juli 2015

Kürbis-Bohnen-Eintopf mit Mettenden

Für vier Portionen

Für die Suppe:

$\frac{1}{2}$ Hokkaido Kürbis	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
20 g Butter	700 ml Gemüsebrühe	200 g weiße Bohnenkerne
Salz, Pfeffer		

Für die Mettenden:

2 Mettenden	1 EL Rapsöl	1 Bund Petersilie
-------------	-------------	-------------------

Kürbis waschen, halbieren und entkernen. Kürbis in drei Zentimeter große Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und klein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch und Kürbis darin anschwitzen. Mit der Gemüsebrühe aufgießen und aufkochen. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Bei geschlossenem Deckel etwa zehn Minuten köcheln lassen, bis der Kürbis weich ist, aber noch leicht Biss hat. Die vorgegarten und gut abgetropften Bohnenkerne zugeben und kurz mitkochen lassen. In der Zwischenzeit die Mettenden in Scheiben schneiden und in einer Pfanne im heißen Rapsöl anbraten. Petersilie abrausen, trocken schütteln und die Blätter klein hacken. Petersilie zu den Mettenden geben und die Pfanne vom Herd nehmen. Den Eintopf mit Salz und Pfeffer nochmals abschmecken und in tiefen Tellern anrichten. Die gebratenen Mettenden in den Eintopf geben.

Horst Lichter am 25. Oktober 2014

Kürbis-Eintopf mit Bratwurst

Für vier Personen

500 g Muskatkürbis	200 g Kartoffeln	200 g Karotten
200 g Sellerieknolle	1 Zwiebel	50 g Butter
1 L Gemüsebrühe	1 Lorbeerblatt	4 Bratwürste, roh, dünn
1 EL Rapsöl	3 Stiele Majoran	Salz, Pfeffer

Das Gemüse waschen, putzen, schälen und in walnussgroße Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und hacken. Butter in einem großen Topf erhitzen. Die Zwiebel darin anschwitzen und alle Gemüsewürfel bis auf den Kürbis zugeben. Das Ganze anbraten, dann mit Gemüsebrühe aufgießen. Das Lorbeerblatt zugeben und die Suppe mit Salz und Pfeffer würzen. Nach zehn Minuten Garzeit den Kürbis zugeben und die Suppe weitere zehn bis fünfzehn Minuten kochen lassen. Inzwischen die Bratwürste in ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden und in einer Pfanne in etwas Öl scharf anbraten. Den Majoran klein hacken und zu den Bratwurststücken geben. Mit Pfeffer würzen. Nun die angebratene Wurst samt Fett in den Eintopf geben und unterrühren. Nach Bedarf nochmals nachwürzen und abschließend in tiefen Tellern servieren.

Horst Lichter am 09. Februar 2013

Kürbis-Samtsuppe mit gebratener Jakobsmuschel

Für 4 Personen

400 g Muskatkürbis	3 Schalotten	3 EL Butter
$\frac{1}{2}$ TL Currypulver	300 ml weißen Portwein	1 L Geflügelfond
Salz	1 Prise Zucker	150 ml Sahne
4 Jakobsmuscheln	Pfeffer	50 g Pinienkerne
Kürbiskernöl		

Kürbis entkernen, schälen und in mittlere Würfel schneiden. Die Schalotten schälen und grob würfeln. In einem Topf 2 Esslöffel Butter erhitzen und die Schalotten farblos anschwitzen, den Curry zufügen und kurz mit anschwitzen. Mit dem Portwein ablöschen und diesen auf ein Drittel reduzieren lassen. Den Kürbis und den Geflügelfond in den Topf geben, mit Salz und Zucker würzen und für ca. 1 Stunde bei schwacher Hitze köcheln lassen. Den weichgekochten Suppenansatz mit der Sahne auffüllen und mit einem Mixer zu einer feinen samtigen Suppe mixen, durch ein Sieb passieren und in einem Topf auf der Herdseite warm halten. Die Jakobsmuscheln in einer Pfanne mit der restlichen Butter bei mittlerer Hitze leicht anbraten und garen. Mit Salz und etwas Pfeffer würzen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Die Suppe mit etwas geschlagener Sahne aufmixen und in einen Suppenteller geben. Die Jakobsmuschel in die Mitte der Suppe setzen. Mit Pinienkernen und steirischem Kürbiskernöl garnieren.

Karlheinz Hauser am 28. Oktober 2013

Kürbis-Suppe aus dem Ofen mit Roter Bete

Für 4 Personen

1,5 kg Hokkaido-Kürbis	Salz	2 EL Pflanzenöl
4 Bio-Zwiebeln	4 große Bio-Knoblauchzehen	1 l Gemüsebrühe
2 Msp. Zimt	2 Msp. Kreuzkümmel	

Für den Aufstrich:

300 g Rote-Bete	Salz	2 TL gerieb. Meerrettich
4 EL Apfelmus		

Außerdem:

500 g Ciabatta	Pflanzenöl	Pfeffer
20 g feine Sprossen	2 EL Kürbiskerne	2 EL Kürbiskernöl
2 EL Balsamico		

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen (Umluft: 200 Grad/Gasherd: Stufe 3–4).

Den Kürbis waschen, halbieren, entkernen und vierteln (größere Exemplare in 6 Spalten schneiden).

Die Kürbisstücke leicht salzen und mit 2 EL Pflanzenöl mischen.

Zwiebeln mit Schale halbieren. Zwiebeln und Kürbisstücke mit der Innenseite nach oben auf ein Backblech verteilen.

Knoblauchzehen mit dem Messerrücken leicht andrücken und mit Schale auf das Blech legen. Alles im heißen Backofen 30 Minuten auf der mittleren Schiene backen.

Inzwischen die Rote Bete mit einer Gemüsebürste unter fließendem Wasser gründlich abbürsten, abtropfen lassen und die Wurzel- und Blattansätze knapp abschneiden. Die Bete grob würfeln. Die Betewürfel in einen Topf geben, knapp mit Salzwasser bedecken und zugedeckt 10- 15 Min. weichkochen.

Die Betewürfel abgießen, Kochwasser dabei auffangen. Betewürfel, Meerrettich, 6-8 EL Kochwasser, $\frac{1}{2}$ TL Salz und Apfelmus zu einem cremigen Dip pürieren.

Das Brot in fingerdicke Scheiben schneiden. Eine Pfanne leicht ausfetten und erhitzen. Die Brotstreifen darin goldbraun anrösten.

Betaufstrich auf den Brotstreifen verteilen. Mit frisch gemahlenem Pfeffer aus der Mühle und den Sprossen garnieren. Die Brotscheiben auf einer Platte anrichten.

Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Öl anrösten, bis sie gut duften. Auf einen Teller geben.

Kurz bevor der Kürbis gar gebacken ist, die Brühe erhitzen.

Zwiebeln und Knoblauch aus dem Backofen nehmen. Schalen entfernen.

Zwiebeln, Knoblauch, Kürbis, Zimt, Kreuzkümmel und heiße Brühe fein pürieren. Ggf. mit bis zu 400 ml heißem Wasser oder Brühe bis zur gewünschten Konsistenz verdünnen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Suppe auf 4 vorgewärmte Teller oder Schüsseln verteilen. Mit Kürbiskernöl, Balsamico und Kürbiskernen bestreuen. Das Brot dazu reichen.

Nicole Just am 27. November 2017

Kürbis-Suppe mit BBQ-Hack-Bällchen

Für vier Portionen

500 g Muskatkürbis	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 EL Butter	2 TL Currypulver	800 ml Gemüsebrühe
100 ml Sahne	Salz, Pfeffer	1 Zwiebel
600 g Hackfleisch vom Rind	2 EL BBQ Sauce	1 TL Paprikapulver edelsüß
1 Ei	2 EL Semmelbrösel	2 EL Rapsöl
1 Bund Petersilie	Zucker, Cayennepfeffer	Petersilie

Den Kürbis waschen, entkernen, schälen und in grobe Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und kleinwürfeln. Butter in einem großen Topf erhitzen, Kürbis, Zwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen. Currypulver zugeben, kurz mit anrösten. Die Gemüsebrühe angießen und die Suppe einmal aufkochen lassen. Alles mit Salz und Pfeffer würzen. Bei geschlossenem Deckel auf mittlerer Hitze 15 Minuten weich kochen lassen. Kurz vor Ende der Garzeit die Sahne zugeben.

In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen und kleinhacken. Zusammen mit dem Hackfleisch, BBQ Sauce, Paprikapulver, Ei, Semmelbröseln in eine Schüssel geben. Alles kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und gründlich mischen. Aus der Hackmasse mit einem Teelöffel kleine Bällchen abstechen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Bällchen darin rundum kross anbraten.

Petersilie abbrausen, trockenschütteln und hacken. Petersilie zu den Hackbällchen geben.

Die Suppe fein pürieren und mit Salz, Pfeffer etwas Zucker und Cayennepfeffer würzig abschmecken.

In tiefen Tellern anrichten, die Hackbällchen mit dem Petersiliensud darüber träufeln. Nach Belieben mit Petersilienblättchen und mit schwarzem Pfeffer bestreuen.

Horst Lichter am 07. November 2015

Kalte Dill-Gurken-Suppe mit Matjes-Spießchen

Für 4 Personen

Für die Gurkensuppe:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1/2 Bund Dill
1/2 Bund Borretsch	2 Salatgurken	1 EL Olivenöl
400 g Joghurt	400 ml Gemüsebrühe	1 EL heller Balsamessig
Salz, Zucker, Pfeffer	1 Prise Cayennepfeffer	

Für die Matjesspieße:

1 Apfel (z. B. Braeburn)	2 Stiele Dill	2 Matjesfilets
4 kleine Holzspieße		

Schalotte und Knoblauchzehe schälen und fein würfeln. Dill und Borretsch abspülen, trocken-schütteln und die Blättchen abzupfen. Dill und Borretsch fein schneiden. Blüten ganz lassen. Salatgurke schälen, halbieren und entkernen. Etwa zwei Drittel der Salatgurken in Stücke schneiden (übriges Drittel beiseite stellen). Öl in einer Pfanne erhitzen. Schalotte und Knoblauch darin glasig dünsten. Auf einen Teller geben und abkühlen lassen. Kalte Schalotte, Knoblauch, Joghurt oder Buttermilch, Gemüsebrühe, Essig und etwa zwei Drittel der Gurkenstücke in eine hohe Schüssel geben und alles pürieren. Mit Salz, Zucker, Pfeffer und Cayennepfeffer kräftig würzen. Im Kühlschrank etwa 30-60 Minuten kühlen. Übrige Gurken fein würfeln. In der Zwischenzeit Apfel waschen, trockenreiben, vierteln und in Scheiben schneiden. Dillfähnchen von den Stielen zupfen. Matjes evtl. abspülen, trockentupfen und in ca. 1, 5 cm große Stücke schneiden. Je 2 Stücke Matjes, Apfel und Dill abwechselnd auf die Holzspieße stecken. Kalte Gurkensuppe verrühren und abschmecken. Mit Gurkenwürfeln, Dill und Borrettschblättern und Blüten anrichten. Matjesspieße dazu servieren.

Vincent Klink am 27. Juni 2013

Kalte Gurken-Buttermilch-Suppe

Für 2 Portionen

0,5 Gurke	500 ml Buttermilch	3 EL Olivenöl
1 Limette	2 Stiele Petersilie	Salz, Pfeffer
Zucker, Chili		

Die Gurke in grobe Stücke schneiden und zusammen mit der Buttermilch, dem Olivenöl und der Petersilie in einen Mixer geben und fein pürieren. Die Limette aufschneiden und auspressen. Suppe mit Limettensaft, Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Abschließend mit etwas gemahlenem Chili verfeinern und das Ganze noch einmal aufmixen. Je nach Belieben die Suppe durch ein Sieb streichen und auf Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 03. Juni 2013

Kalte Paprika-Suppe mit gebratenem Kalb-Tatar

Für 4 Personen

300 g Kalbfleisch	Salz	6 EL Olivenöl
1 Möhre	1 Gemüsezwiebel	2 Knoblauchzehen
1 Stück (ca. 2 cm) Ingwer	4 gelbe Paprikaschoten	Zucker
1 l Kalbsbrühe	1 Bund Lauchzwiebeln	1-2 EL Senf
500 g Frittierfett	8 Wan Tan Blätter	Paprikapulver, edelsüß

Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Kalbsoberschale salzen und in 1 EL Olivenöl rundherum anbraten und herausnehmen. Kalbfleisch im Backofen ca. 8 Minuten weiter garen. Herausnehmen und abkühlen lassen. Möhre putzen, schälen und klein schneiden. Gemüsezwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen und getrennt voneinander würfeln. Paprika waschen, putzen und in grobe Stücke schneiden. Etwa die Menge einer halben Paprika beiseite stellen. Übrige Paprikawürfel, mit der Möhre, Gemüsezwiebel, Knoblauchzehe und dem Ingwer in 2 EL Olivenöl sanft braten. Mit Salz und Zucker würzen. Brühe zugeben und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Suppe danach pürieren, nach Belieben durch ein Sieb passieren und kalt stellen. Lauchzwiebeln putzen und quer halbieren. Den weißen Teil sehr fein würfeln und in 1 EL Olivenöl kurz anbraten. Den grünen Anteil des Lauchs und übrige Paprika sehr fein würfeln. Das abgekühlte Kalbfleisch ebenfalls fein würfeln. Alles mischen. Mit Salz, 2 EL Olivenöl und Senf abschmecken. Frittierfett in einem Topf (etwa 2 cm hoch) erhitzen. Wan Tan Blätter darin nacheinander knusprig frittieren. Mit Salz und Paprikapulver bestreuen. Die kalte Suppe mit Tatar und Wan Tan anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 11. September 2013

Kalte Paprika-Suppe mit Rinder-Tatar

Für 4 Personen

Für die Suppe:

1 Gemüsezwiebel	2 Knoblauchzehen	6 g frischer Ingwer
4 rote Paprika	2 EL Olivenöl	Salz
Zucker	500 ml Gemüsebrühe	

Für das Tatar:

320 g Rinderrücken	3 Zweige Thymian	Salz
Pfeffer	50 ml Olivenöl	1 Spritzer Worcestershiresauce
2 Schalotten	150 g Crème-fraîche	300 g Frittierfett
80 g Glasnudeln	Pimenton	2 Stängel Koriander

Gemüsezwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen und getrennt voneinander würfeln.

Paprika waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und Paprika in grobe Stücke schneiden. In einem Topf Olivenöl erhitzen und die Zwiebel darin glasig anschwitzen. Knoblauch und Ingwer zugeben und kurz durchschwenken. Dann Paprika zufügen und langsam schmoren. Mit Salz und Zucker würzen. Die Brühe angießen und ca. 15 Minuten köcheln lassen.

Anschließend die Zutaten in der Suppe pürieren, nach Belieben durch ein feines Sieb passieren, abschmecken und kalt stellen.

Für das Tatar das Rindfleisch fein schneiden (echtes Tatar wird geschnitten und nicht gewolft). Thymian abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden.

Das fein geschnittene Fleisch mit Thymian, Salz, Pfeffer, Olivenöl und Worcestershiresauce abschmecken.

Die Schalotten schälen, fein reiben und unter die Crème fraîche mischen, abschmecken.

Das Frittierfett etwa 2 cm hoch in einen Topf geben und erhitzen.

Die Glasnudeln in Stücke schneiden. Im heißen Fett knusprig frittieren, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen, mit Salz und Paprikapulver bestreuen.

Koriander abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

Tatar mit Hilfe von Garnieringen in einen tiefen Tellern verteilen. Schalottencreme auf das Tatar geben. Glasnudeln darauf setzen, mit dem Koriander dekorieren. Die gekühlte Suppe angießen und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 30. August 2017

Kalte Tomaten-Melonen-Suppe mit Estragon-Croûtons

Für zwei Personen

3 Ochsenherztomaten	100 g Wassermelone	1 kleine Zwiebel
50 ml Olivenöl	25 ml Gemüsebrühe	$\frac{1}{4}$ Bund Estragon
$\frac{1}{4}$ Baguette	40 g Butter	1,5 EL Joghurt
1 Spritzer scharfe ChilisaUCE	1 Prise Cayenne	1 Prise Zucker
Salz	Pfeffer	

Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Tomaten blanchieren, häuten und in grobe Würfel schneiden. Die Zwiebel in einem Topf mit etwas Olivenöl anschwitzen. Die Tomatenwürfel hinzufügen, danach mit der Gemüsebrühe auffüllen und für 20 Minuten lauwarm erhitzen (nicht kochen!).

In der Zwischenzeit den Estragon hacken. Das Baguette in grobe Würfel schneiden und in 35 Millilitern Olivenöl und der Butter bei geringer Temperatur zu knusprigen Croûtons rösten. Dann den gehackten Estragon hinzufügen und die Croûtons auf Küchentrepp abtropfen lassen. Die Wassermelone schälen, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch grob würfeln. Den Joghurt, das restliche Olivenöl und die Melonenwürfel in die Tomatensuppe geben und alles mit dem Stabmixer mixen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker, Cayenne und scharfer ChilisaUCE abschmecken und auf Eis kalt stellen.

Ali Güngörmüs am 10. April 2015

Karotten-Creme-Suppe mit Kirschtomaten

Für 4 Personen

Für die Kirschtomaten:

6 reife Kirschtomaten	1 EL Olivenöl	50 g Zucker
6 EL Estragonessig	1 Bio-Orange	2 TL Ingwersaft
1 EL Tomatenketchup	1 EL Tomatenmark	1 EL Sweet Chili Sauce
Salz, Pfeffer	1 Msp. Gewürznelke, gemahlen	1 Msp. Piment, gemahlen
1 Msp. Cayennepfeffer	2 Zweige Majoran	

Für die Karottencreme:

250 g Karotten	1 Lauchzwiebel	3 reife Tomaten
2 EL Olivenöl	2 Msp. Currypulver	Salz, weißer Pfeffer
1 Prise Zucker	60 ml trockener Wermut	1 Spritzer Zitronensaft
1 l Geflügelfond	100 ml Sahne	1 EL gesalzene Butter

Für die Tomaten:

Die Kirschtomaten in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anbraten bis die Haut aufplatzt. Auf Küchenkrepp geben und die Haut am Strunk aufdrehen. Den Zucker in einem Topf karamellisieren, mit Essig ablöschen und etwas köcheln lassen. Die Orange heiß abwaschen, trocknen und etwas Schale abreiben. Dann den Saft auspressen. Den Orangensaft, Abrieb der Orange, Ingwersaft, Ketchup, Tomatenmark und Chilisaucen zugeben und leicht köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Nelke, Piment und Cayennepfeffer würzen. Majoran abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Zusammen mit den vorbereiteten Kirschtomaten in dem Sud ca. 4 Stunden ziehen lassen.

Für die Karottencreme:

Die Karotten schälen und in Scheiben schneiden. Lauchzwiebel putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Die Tomaten kurz überbrühen, häuten, entkernen und in Stücke teilen. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Karotten, Lauchzwiebel und Tomaten darin andünsten. Mit Curry, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Wermut und Zitronensaft dazugeben, die Flüssigkeit einkochen lassen, dann den Geflügelfond angießen und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend alles im Mixer fein pürieren und durch ein feines Sieb zurück in den Topf passieren. Die Sahne angießen und unter Rühren erneut erhitzen. Die gesalzene Butter in kleinen Flocken mit einem Stabmixer unter die Suppe quirlen und abschmecken. Die Karottencreme in tiefen Tellern anrichten und die marinierten Tomaten einlegen und servieren.

Jörg Sackmann am 06. Mai 2014

Kartoffel-Champignon-Suppe mit Hackbällchen

Für vier Portionen

Für die Suppe:

300 g mehligk. Kartoffeln	250 g braune Champignons	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	20 g Butter	100 ml Weißwein
500 ml Gemüsebrühe	150 ml Sahne	Salz, Cayennepfeffer
Muskatnuss		

Für die Hackbällchen:

200 g gem. Hackfleisch	1 Zwiebel	1 Ei
1 TL Senf	2 EL Semmelbrösel	2 EL gehackte Petersilie
Salz, Pfeffer		

Für die Garnitur:

50 g Schlagsahne	2 Stiele Petersilie
------------------	---------------------

Für die Kartoffeln-Champignon-Suppe die Kartoffeln waschen, schälen und grob würfeln. Champignons abreiben und vierteln. Zwiebel und Knoblauch schälen und würfeln. Danach Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln, Knoblauch, Kartoffeln und Champignons darin anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und verkochen lassen. Brühe und Sahne zugeben, mit Salz würzen und bei geschlossenem Deckel etwa 20 Minuten weich garen lassen. Für die Hackbällchen die Zwiebel schälen und klein würfeln. Zusammen mit dem Hackfleisch, Ei, Senf, Semmelbröseln und der Petersilie in eine Schüssel geben. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und gut vermengen. Aus der Hackmasse kleine Bällchen formen und auf einen Teller legen. Die Suppe mit einem Stabiler fein pürieren. Nochmals mit Salz, frisch geriebener Muskatnuss und Cayennepfeffer abschmecken. Die Hackbällchen in die Suppe geben und darin etwa 10 Minuten bei leichtem Köcheln garen lassen. Die Suppe mit den Hackbällchen in tiefen Tellern anrichten. Mit etwas geschlagener Sahne und frischer Petersilie garnieren.

Horst Lichter am 20. Dezember 2014

Kartoffel-Creme-Suppe mit Fleisch-Bällchen

Für 4 Personen

800 g Kartoffeln, mehlig	1 Zwiebel	1/2 Stange Lauch
150 g Sellerie	1 Möhre	50 g Speck
3 EL Butterschmalz	1,5 l Gemüsebrühe	1 Lorbeerblatt
Salz, Pfeffer	1 Schalotte	1 TL Butter
1/2 Brötchen	150 g gemischtes Hackfleisch	1 Eigelb
1/2 Bund glatte Petersilie	80 ml Sahne	Muskat

Kartoffeln schälen und würfeln. Zwiebel, Lauch, Sellerie und Möhre schälen bzw. putzen und würfeln. Speck würfeln. In einem großen Topf mit 1 EL Butterschmalz Zwiebel anschwitzen, Sellerie, Möhre, Lauch und Speck zugeben und anbraten. Dann Kartoffelwürfel zugeben und mit Gemüsebrühe auffüllen. Lorbeer zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und das Gemüse weich kochen. In der Zwischenzeit für die Fleischbällchen Schalotte schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 TL Butter anschwitzen. Das Brötchen in Wasser einweichen. Das Hackfleisch mit fein gewürfelter Schalotte, eingeweichtem Brötchen und Eigelb mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und kleine Klöße (ca. 3 cm Durchmesser) aus der Masse formen. Die Hackbällchen in einer Pfanne mit 2 EL Butterschmalz braten. Petersilie abspülen, trocken schütteln, grob schneiden und mit der Sahne pürieren. Wenn das Gemüse weich gekocht ist, die Suppe fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Petersiliensahne unter die Suppe ziehen, nochmals abschmecken. Die Suppe mit den Fleischbällchen anrichten und servieren.

Sören Anders am 13. Januar 2015

Kartoffel-Eintopf mit Lachs und Dill

Für vier Portionen

Für die Suppe:

1 Bund Suppengrün	300 g feste Kartoffeln	20 g Butter
1 Lorbeerblatt	300 g Lachsfilet	1/2 Zitrone
20 ml Olivenöl	1/2 Bund Dill	Salz, Pfeffer

Suppengrün waschen, putzen, schälen und in zwei Zentimeter große Würfel schneiden. Kartoffeln waschen, schälen und ebenfalls in zwei Zentimeter große Würfel schneiden. Butter in einem Topf erhitzen und das Gemüse darin unter Rühren anschwitzen. Kartoffeln zugeben. Mit Wasser auffüllen, so dass alles knapp bedeckt ist. Lorbeerblatt zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Eintopf einmal aufkochen lassen. Anschließend Hitze reduzieren und bei geschlossenem Deckel weich garen. In der Zwischenzeit den Lachs in Würfel schneiden. Lachswürfel mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Lachswürfel darin von beiden Seiten zwei Minuten anbraten. Pfanne vom Herd nehmen und beiseite stellen, damit der Lachs garziehen kann. Dill abrausen und die groben Stiele entfernen und klein hacken. Den Kartoffeleintopf in tiefen Tellern anrichten, je zwei Lachswürfel hinein geben und mit dem Dill bestreuen.

Horst Lichter am 29. März 2014

Kartoffel-Lauch-Suppe mit pochiertem Ei

Für vier Portionen

250 g Kartoffeln	1 Stange Lauch	30 g Butter
50 ml Weißwein	600 ml Gemüsebrühe	200 ml Sahne
Salz, Pfeffer, Muskatnuss	$\frac{1}{2}$ Zitrone	4 Eier
3 EL Essig	Schnittlauch	

Kartoffeln waschen, schälen und grob würfeln. Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden. Butter in einem Topf erhitzen, Kartoffeln und Lauch darin anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und einmal aufkochen lassen. Die Gemüsebrühe angießen, leicht salzen und bei mittlerer Hitze zehn Minuten köcheln lassen. Sahne in die Suppe geben und weiter köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind. Mit einem Pürierstab kurz aufmixen, bis die Suppe schön sämig ist. Nach Belieben etwas stückig lassen. Suppe mit Muskatnuss, einem Spritzer Zitronensaft und Pfeffer würzen. Zum Pochieren der Eier, Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, salzen und den Essig zugeben. Das Wasser kurz unter dem Siedepunkt halten. Eier einzeln in eine kleine Schale aufschlagen, dabei darauf achten, dass der Dotter ganz bleibt. Mit einem Löffel einen Strudel in das Wasser rühren und das aufgeschlagene Ei in den Strudel gleiten lassen. Nach und nach alle vier Eier in das Wasser geben und nun etwa 5 Minuten darin garen. Anschließend mit einer Schaumkelle herausheben und gut abtropfen lassen. Die Suppe in tiefen Tellern anrichten, je ein pochiertes Ei hinein geben und mit Schnittlauchröllchen bestreuen.

Horst Lichter am 28. Juni 2014

Kartoffel-Sellerie-Suppe mit Trüffel-Schaum

Für zwei Personen

Für die Suppe:

100 g Knollensellerie	100 g mehligk. Kartoffeln	1 Schalotte
75 g Butter	400 ml Gemüsefond	100 ml Sahne
Chili	Salz	Pfeffer

Für den Schaum:

50 ml Weißwein	200 ml Kalbsfond	1 Schalotte
2 TL Trüffelbutter	50 g Butter	1 EL Crème-fraîche

Für die Garnitur:

1 Wintertrüffel	$\frac{1}{4}$ Bund Schnittlauch
-----------------	---------------------------------

Für die Suppe:

Sellerie und Kartoffeln waschen, schälen und klein würfeln.

Schalotte abziehen und würfeln. 20 g Butter in einem Topf schmelzen, Sellerie, Kartoffeln und Schalotte darin anschwitzen. Gemüsefond und Sahne angießen und abgedeckt 20 Minuten köcheln lassen.

Suppe mit Salz, Pfeffer und etwas Chili würzen und mit einem Stabmixer fein pürieren.

Für den Schaum:

Die übrige Schalotte mit Weißwein, Kalbsfond, Trüffelbutter zum Kochen bringen und fünf Minuten reduzieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Crème fraîche und Butter zugeben, aufkochen und mit dem Pürierstab schaumig aufmixen.

Für die Garnitur:

Suppe auf tiefe Teller verteilen. Trüffelschaum frisch aufschäumen und über die Suppe geben. Mit dünn gehobelten Trüffelscheiben und Schnittlauch bestreut servieren.

Johann Lafer am 13. Januar 2017

Kartoffel-Steinpilz-Suppe mit Wachtel-Brust und Croutons

Für vier Portionen

20 g getrocknete Steinpilze	2 Schalotten	400 g mehligk. Kartoffeln
50 ml weißer Portwein	700 ml Gemüsefond	100 g Sahne
Salz, Pfeffer, Chili	4 Wachtelbrüste	1 Knoblauchzehe
2 Stiele Thymian	2 Stiele Rosmarin	2 EL Olivenöl
3 Scheiben Walnussbrot	30 g Butter	1 Bund Kerbel

Steinpilze in reichlich Wasser 2 Stunden einweichen. Kartoffeln waschen, schälen und klein schneiden. Schalotten schälen, klein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen, Schalotten, gut abgetropfte Steinpilze und die Kartoffeln darin anschwitzen. Mit dem Portwein ablöschen und den Gemüsefond angießen. Bei mittlerer Hitze 20 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Wachtelbrüste in einer Pfanne im heißen Fett auf der Hautseite 2-3 Minuten anbraten. Kräuter und Knoblauch, ungeschält und halbiert, mit in die Pfanne geben. Alles auf ein Backblech verteilen und im vorgeheizten Backofen 15 Minuten ziehen lassen.

Das Brot in kleine Würfel schneiden und in der Butter knusprig ausbacken. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Suppe fein pürieren, mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Sahne steif schlagen und unter die Suppe rühren. Wachtelbrüste aus dem Ofen nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und in Scheiben schneiden.

Die Suppe in tiefen Tellern anrichten. Wachtelbrüste und Croutons in der Suppe servieren. Mit Kerbelfähnchen garnieren.

Johann Lafer am 21. November 2015

Kartoffel-Suppe mit hausgemachter Bratwurst

Für 4 Personen

Für die Bratwurst:

500 g Schweinehals	1/4 l Milch	6 g Salz
1 EL Majoran, gerebelt	1 Prise Muskatblüte	Pfeffer
1/2 TL Abrieb einer Bio-Zitrone	1 Meter Schweinsdarm (35-40 mm)	Küchenbindfaden
2 EL Butterschmalz		

Für die Suppe:

1-2 Zwiebeln	400 g Kartoffeln, mehlig	3 EL Butter
1 l Milch	Salz, Pfeffer	1 Prise Muskat
1/2 Bund glatte Petersilie		

Für die Bratwurst das gut gekühlte Fleisch durch die feine Scheibe des Wolfs drehen, die sehr kalte Milch, Salz, Majoran, Muskatblüte, grob gemahlene Pfeffer und Zitronenabrieb zugeben und mindestens fünf Minuten gut durchkneten. Dann das Brät in einen Spritzbeutel füllen, über die Tülle den Darm stülpen und das Brät in den Darm drücken. In Abständen von ca. 12 cm die einzelnen Würste mit der Küchenschnur abbinden. Die Würste ca. 10 Minuten in Wasser kochen, herausnehmen und abtropfen. Kurz vor dem Servieren die Würste in einer Pfanne mit Butterschmalz braten.

Tipp:

Das Brät muss nicht unbedingt in den Darm abgefüllt werden. Man kann es auch ähnlich wie Knödel zu Würstchen formen, diese ebenfalls abkochen und anschließend braten.

Für die Suppe die Zwiebeln schälen und fein schneiden. Kartoffeln waschen, schälen und in feine Scheiben schneiden oder hobeln. Zwiebeln in einem Topf mit 3 EL Butter glasig anschwitzen, Kartoffeln zugeben und die Milch angießen. Die Kartoffelscheiben weich kochen, dann mit dem Mixer fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Suppe anrichten, mit Petersilie bestreuen und die Bratwurst dazu servieren.

Vincent Klink am 05. November 2015

Kartoffel-Suppe mit Kräuter-Kasseler

Für 4 Portionen

400 g Kartoffeln (Scheiben)	$\frac{3}{4}$ l Brühe	1 Zwiebel
1 EL Bratbutter	1 EL Zucker	1 EL Speck
$\frac{1}{4}$ Stange Lauch in Ringen	3 Karotten in Würfeln	$\frac{1}{4}$ Sellerie in Würfeln
Salz, Pfeffer, Kümmel	500 g Kasseler mit Knochen	3 Lorbeerblätter
1 Zwiebel	1 TL Salz	1 Bund Schnittlauch
1 Bund Petersilie		

Zuerst den Speck fein würfeln und in der Bratbutter rösten. Zwiebeln dazugeben, anschwitzen und mit Zucker karamellisieren. Wenn sie leicht braun werden, die Kartoffeln und ca. ein Drittel von Karotten, Lauch, Sellerie dazugeben. Mit der Brühe bedecken, würzen und köcheln lassen, bis die Kartoffeln zerfallen.

Kasseler mit Zwiebel und Lorbeerblättern in 1,5 Liter gesalzenem Wasser aufsetzen und bei mittlerer Hitze garen. Das Fleisch anschließend abkühlen lassen.

Schnittlauch und Petersilie hacken. Das Fleisch in kleine Würfel schneiden und mit den Kräutern vermischen.

Ca. eine halbe Stunde vor dem Servieren die restlichen feingewürfelte Karotten und Sellerie sowie die feinen Lauchringe zur Suppe geben und bissfest garen.

Die Kartoffelsuppe in einen Teller füllen und 2-3 EL Kräuterkasseler dazugeben.

Frank Rosin am 23. Juli 2014

Kartoffel-Suppe mit Lachs-Röschen-Einlage

Für 4 Portionen

500 g mehligk. Kartoffeln	2 mittelgroße Karotten	1 große Gemüsezwiebel
1 Bund Frühlingslauch	1 Liter Gemüsebrühe	$\frac{1}{2}$ Knollensellerie
200 ml Sahne	200 ml halbtrock. Weißwein	15 g Butter
4 Scheiben Räucherlachs	3 EL Olivenöl	Salz und schwarzer Pfeffer

Zunächst das Gemüse für die Suppe vorbereiten. Dazu die Kartoffeln und Sellerie schälen und in grobe Würfel schneiden. Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Karotten schälen und in grobe Würfel schneiden. Den Frühlingslauch ordentlich säubern und in kleine Stücke schneiden.

Das Olivenöl in einem großen Topf unter starker Flamme erhitzen. Als erstes die Karotten scharf anschwitzen. Anschließend den Sellerie und die Kartoffelwürfel dazu geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Damit das Gemüse nicht anbrennt, zwischendurch immer wieder umrühren. Etwa die Hälfte des Frühlingslauchs erst nach dem Würzen zum restlichen Gemüse hinzugeben, damit der Lauch nicht verkocht.

Das gesamte Gemüse noch ein wenig anschwitzen und dann mit dem Weißwein und der Gemüsebrühe ablöschen und bei mittlerer Hitze unter Umrühren etwa 15 Minuten köcheln lassen.

Währenddessen aus den Lachsscheiben kleine Röschen drehen. Anschließend die klare Suppe mit einem Pürrier-Stab cremig mixen. Abschließend die Kartoffelcremesuppe mit der Sahne und evtl. etwas Butter anschmecken.

Tipp:

Durch etwas Butter wird die Suppe noch cremiger. Zum Servieren die Suppe in tiefe Teller füllen. In die Mitte jeweils ein Lachsröschen legen und zum Schluss mit einer halben Handvoll frischem Lauch garnieren.

Tipp:

Der frische Frühlingslauch ist so eine zusätzliche schmackhafte, aber vor allem auch knackige und bissfeste Einlage.

Frank Rosin am 23. Juli 2014

Kartoffel-Suppe mit Pilzen

Für 4 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig.	1 Karotte	2 Petersilienwurzeln
1 Zwiebel	2 EL Olivenöl	ca. 800 ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer	1 Prise Muskat	200 g Speisepilze
1/2 Bund glatte Petersilie		

Für die Gemüsebrühe:

3 Zwiebeln	3 Karotten	2 Stangen Staudensellerie
1 Stange Lauch	ca. 500 g Gemüse	1 Knoblauchzehe
2 Tomaten	2 EL Butter	1 Lorbeerblatt
50 g Speise-Pilze	Salz, Pfeffer	

Die Kartoffeln schälen und würfeln. Karotte und Petersilienwurzel schälen und würfeln. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, Karotte, Petersilienwurzel und die Kartoffeln zugeben, mit Gemüsebrühe auffüllen und weich kochen (ca. 15-20 Minuten). Anschließend die Suppe pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die Pilze putzen und halbieren oder vierteln. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Pilze in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl bei starker Hitze bräunen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Suppe in vorgewärmten Tellern anrichten. Die Pilze in die Mitte geben und mit Petersilie bestreut servieren.

Für die Gemüsebrühe:

Eine Zwiebel halbieren und die beiden Schnittflächen in einer trockenen Pfanne bräunen. Übriges Gemüse putzen und grob zerkleinern. In einem Topf mit Butter das zerkleinerte Gemüse bis auf die Tomaten und die Pilze anschwitzen, kurz dünsten und mit 3 l Wasser ablöschen. Die Tomaten, die gebräunte Zwiebel und Lorbeerblatt zugeben und bei geringer Hitze ca. 30 Minuten köcheln lassen. Dann die Pilze zugeben und noch mal aufkochen lassen. Den Gemüsefond durch ein sauberes Tuch passieren, erneut erhitzen, auf ca. 1,5 l Flüssigkeit einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Otto Koch am 17. Oktober 2014

Kastanien-Suppe mit Kräuter-Schnecken

Für 4 Personen

500 g Maronen, geschält und gekocht	350 ml Sahne	350 ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer	12 Schnecken	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Schnittlauch	1 Bund Kerbel	1 Knoblauchzehe
150 g Butter	dänisches Räuchersalz	

Maronen mit Sahne und Brühe in einen Topf geben und aufkochen. Dann mit einem Pürierstab fein pürieren. Die Maronen sollten sehr weich gekocht sein, damit sie sich gut pürieren lassen. Es sollten keine Stückchen mehr in der Suppe sein. Die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Schnecken abtropfen lassen. Die Kräuter abrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Knoblauch schälen und fein schneiden.

In einer Pfanne bei mittlerer Hitze Butter zerlassen. Knoblauch und die Kräuter zugeben. Die Schnecken in der Kräuterbutter warm schwenken.

Je 3 Schnecken in tiefen Tellern anrichten, die Suppe angießen. Etwas Kräuterbutter aus der Pfanne darüber träufeln, 1 Prise (sehr wenig) Räuchersalz darüber streuen und servieren.

Tipp:

Anstatt den Schnecken kann man auch geschälte und gekochte Maronen als Einlage verwenden. Dazu die Maronen etwas klein schneiden und in der Kräuterbutter rösten, dann als Suppeneinlage servieren.

Martina Kömpel am 14. Dezember 2016

Kastanien-Suppe mit Südtiroler Speck

Für zwei Personen

Für die Kastaniensuppe:

175 g gegarte Kastanien	400 ml Hühnerfond	100 g Sahne
1 Orange, 1 Msp. Abrieb	$\frac{1}{2}$ TL Zartbitterkuvertüre	$\frac{1}{2}$ TL Marzipan
1 Vanilleschote	30 g kalte Butter	mildes Chilusalz
Salz		

Für die Einlage:

$\frac{1}{2}$ würziges Grau-Brötchen	3 Scheiben Südtiroler Speck	4 Rosenkohlröschen
1 TL Ghee	$\frac{1}{4}$ TL Zimtsplitter	$\frac{1}{4}$ TL Koriandersamen
$\frac{1}{4}$ TL Schwarze Pfefferkörner	mildes Chilusalz	Salz

Für die Suppe Fond mit Kastanien in einen Topf geben und aufkochen lassen. Kuvertüre fein hacken und mit Marzipan zur Suppe geben. Sahne angießen und mit dem Stabmixer fein pürieren.

Vanille längs halbieren, mit dem Messerrücken das Mark auskratzen und beiseite stellen. Schote circa zwei Minuten zur Suppe geben. Orangenschale und kalte Butter in kleinen Stücken dazugeben und mit dem Stabmixer hinein mixen. Kastaniensuppe mit Salz und Chilipulver würzen und warm halten.

Für die Einlage Vinschgauer in dünne, zwei Zentimeter lange Würfel schneiden und in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Etwas Ghee dazugeben und die Croûtons mit Chilusalz würzen. Vom Rosenkohl die äußeren Blätter entfernen. Die einzelnen Blätter ablösen und in einem Topf mit kochendem Salzwasser etwa zwei Minuten bissfest blanchieren. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.

Zimt, Koriander- und Pfefferkörner in eine Gewürzmühle geben. Die Kastaniensuppe nochmals mit dem Stabmixer aufschäumen und auf vorgewärmte tiefe Teller verteilen.

Den Speck halbieren, aufrollen und jeweils drei Hälften mit dem Fettrand nach oben mittig in die Suppe setzen. Die Rosenkohlblätter und die Croûtons darum drappieren, mit der Mischung aus der Gewürzmühle leicht würzen und servieren.

Alfons Schuhbeck am 16. Dezember 2016

Kichererbsen-Eintopf mit Lamm-Hackbällchen

Für 4 Personen

300 g Kichererbsen	1 kleine Kartoffel	2 Zwiebeln
1 rote Chilischote	4 EL Olivenöl	1 EL Tomatenmark
Kreuzkümmel, gemahlen	2-3 getrocknete Limetten	1 l Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer	1 Bund Frühlingszwiebeln	1 grüne Paprika
300 g Lammfleisch	Kurkuma	

Die Kichererbsen über Nacht in reichlich Wasser einweichen.

Die Kartoffel in einem Topf weichkochen, abschütten und abkühlen lassen.

Die eingeweichten Kichererbsen, in einem Topf mit reichlich Wasser ca. 1 Stunde kochen, bis sie weich sind. Dann abgießen und abtropfen lassen.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in hauchdünne Scheiben schneiden. Chilischote halbieren die Kerne austreichen, das Fruchtfleisch fein schneiden.

In einem Topf mit 2 EL Olivenöl die Zwiebel anbraten, Tomatenmark, Kreuzkümmel und Chili zugeben und mit Brühe aufgießen. Die Loomi anstechen und mit den gekochten Kichererbsen mit in den Topf geben, etwas Salz und Pfeffer würzen und köcheln lassen.

Frühlingszwiebellauch putzen und fein schneiden, weißen Teil und grünen Teil trennen. Die Paprikaschote halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch fein schneiden.

Lammfleisch in Würfel schneiden und durch den Fleischwolf drehen. Die gekochte Kartoffel schälen und ebenfalls durch den Fleischwolf drehen.

Lammhack, Kartoffel, 3 EL weißen Frühlingslauch, etwas Salz, Pfeffer und Kurkuma würzen. Aus der Masse kleine Bällchen von ca. 2 cm Durchmesser formen. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl die Bällchen anbraten.

Wenn sie fast gar sind, restlichen Zwiebellauch und die fein geschnittene Paprikaschote zugeben und mit braten, mit Salz abschmecken. Wenn alles fertig gebraten ist, die Bällchen mit Paprika unter den Kichererbseneintopf mischen und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 02. November 2016

Kichererbsen-Kokos-Suppe mit Koriander

Für vier Portionen

250 g eingeweichte Kichererbsen	2 Zwiebeln	1 kleine Ingwerknolle
1 Stange Zitronengras	2 rote Paprika	1 EL Austernsauce
200 ml ungesüßte Kokosmilch	1 Liter Hühnerfond	2 Limettenblätter
1 kleine Chilischote	Jaipur-Curry	frischer Koriander
1 Limette	Cayenne-Pfeffer	Butter, Pfeffer, Salz

Die geschälten Zwiebeln grob hacken und in einem Topf mit Butter anschwitzen. Drei Scheiben geschälten Ingwer, das gehackte Zitronengras, die Limettenblätter, einige Korianderblätter und die eingeweichten Kichererbsen dazugeben. Mit dem Jaipur-Curry aromatisieren. Die klein gehackten roten Paprika in den Topf geben. Mit dem Hühnerfond aufgießen, bis alle Zutaten bedeckt sind. Die Kokosmilch und Austernsauce dazu geben, mit dem Chili abschmecken und für circa 20 Minuten köcheln lassen. Den Inhalt aufkochen lassen und pürieren, anschließend durch ein Sieb passieren und erneut pürieren. Nun mit Salz, Cayenne und Pfeffer und nachwürzen. Sollte die Suppe zu scharf sein, kann sie mit kalten Butterflocken abgemildert werden. Serviervorschlag:

Die restlichen Kichererbsen als Einlage in einen Teller geben, etwas Limettenabrieb darüber streuen, die Suppe darüber gießen und mit dem Koriander verzieren.

Ali Güngörmüs am 22. Dezember 2014

Kichererbsen-Suppe mit Zitrone und Petersilie

Für 4 Personen

1 Zwiebel	1 Karotte	5 EL Olivenöl
1 Bund glatte Petersilie	1 Zitrone	Salz, Pfeffer

Kichererbsen abwaschen und mit beiden Händen so gut es geht die Haut abreiben. Das dauert ein bisschen, lohnt sich aber.

Zwiebel und Karotte schälen und in kleine Würfel schneiden.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, Zwiebel und Karotte zugeben und anschwitzen. Dann 1-1,5 l Wasser angießen, die Kichererbsen dazugeben und alles zusammen etwa 15 Minuten köcheln lassen.

Die Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Von der Zitrone den Saft auspressen.

Die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken, kleingehackte Petersilie untermischen und kurz vor dem Servieren etwas vom Zitronensaft dazu geben, je nach Geschmack.

Martina Kömpel am 11. Januar 2017

Kopfsalat-Erbesen-Suppe mit Spanferkel-Schinken

Für zwei Personen

50 g Kochschinken vom Spanferkel	200 g Tiefkühl-Erbesen	70 g Kopfsalat
1 Scheibe weißes Toastbrot	100 g Sahne	400 ml Gemüsefond
1 Frühlingszwiebel	1 Zweig Minze	Muskatnuss
mildes Chilusalz	Salz	Pfeffer

Erbesen auftauen lassen. Frühlingszwiebel putzen, waschen und schräg in feine Ringe schneiden. Kochschinken in Würfel schneiden. Strunk vom Kopfsalat entfernen und die Blätter einzeln ablösen. Daraus zwei dunkle Salatblätter und eine halbe Handvoll helle Salatblätter auswählen. Diese waschen und trocken schleudern. Helle Salatblätter für die Einlage in feine Streifen schneiden, dunkle Blätter klein zupfen.

Gemüsefond in einem Topf erhitzen und Erbsen darin knapp unter dem Siedepunkt drei bis vier Minuten ziehen lassen. Sahne und dunkle Salatblätter hinzufügen. Suppe pürieren und mit Chilusalz, Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss würzen. Weißbrot in Würfel schneiden und in einer Pfanne ohne Fettzugabe hell anrösten. Minze abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und klein hacken.

Helle Salatstreifen und Minze auf vorgewärmte tiefe Teller verteilen. Suppe nochmals aufschäumen und auf die Salatstreifen geben. Frühlingszwiebelringen und Schinkenwürfeln darauf geben. Kopfsalat-Erbesen-Suppe mit gerösteten Brotwürfeln garnieren und in tiefen Tellern servieren.

Alfons Schuhbeck am 20. Mai 2016

Krustentier-Eintopf

Für vier Personen

Für den Eintopf:

2 Zwiebeln	2-3 Schalotten	1 Stängel Zitronengras
Knoblauch, Ingwer	1 Languste	10 Gambas
5 Kaisergranat	1 Taschenkrebs	Brühe
2 Tamarillo	Weißwein	100 g Butter
Chilipulver	Salz	1 Limone
1 Granatapfel	1 Bund Koriander	Tortilla Chips

Für den Eintopf:

Die Languste längs aufschneiden, mit der Schnittseite in die Pfanne legen und anbraten. Zwiebeln, Schalotten und Zitronengras grob hacken. Zusammen mit etwas grob gehacktem Knoblauch und Ingwer zu der Languste geben.

Anschließend die Languste aus der Schale lösen und klein schneiden. Beiseite legen. Den Sud in der Pfanne mit Chili und Salz würzen. Eine Tamarillo aufschneiden und hinzugeben. Mit Weißwein und Brühe aufgießen.

Die Schalen der Gambas und der Kaisergranate in die Pfanne geben und das Ganze köcheln lassen.

Erneut würzen und einkochen lassen. Anschließend den Sud durch ein Sieb passieren.

Den Blumenkohl vom Strunk befreien, grob zerteilen und in gesalzenem Wasser mit den aufgebroschenen Beinen des Taschenkrebses kochen. Die Gambas, die Kaisergranate und die Languste in dem Sud bei ca. 90 Grad garen und ziehen lassen. Mit der Butter abbinden und nach Geschmack mit Salz, Pfeffer und Limonenabrieb abschmecken. Das Korianderkraut, die Granatapfelkerne und die weitere Tamarillo geschält und in Spalten geschnitten dazugeben.

Den Blumenkohl in eine große Schale geben, den Krustentiereintopf darüber geben und mit Tortilla Chips dekorieren.

Johann Lafer am 08. Juli 2017

Lauch-Suppe mit Schinken-Blätterteig-Stangen

Für vier Portionen

Für die Lauchsuppe:

2 Stangen Lauch	2 mittlere Kartoffeln, mehlig.	20 g Butter
700 ml Gemüsebrühe	200 ml Sahne	Muskatnuss
Salz, Pfeffer		

Für die Blätterteigstangen:

2 Scheiben TK Blätterteig	1 Eigelb	3 Scheiben gekochter Schinken
Mehl	Petersilie	

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Zunächst Lauch und Kartoffeln putzen und waschen. Die Kartoffeln schälen und alles klein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen und beides darin mit etwas Farbe anschwitzen. Gemüsebrühe angießen und aufkochen lassen. Suppe mit etwas Salz und Pfeffer würzen und bei mittlerer Hitze etwa 15 bis 20 Minuten weich kochen lassen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Danach beide Scheiben Blätterteig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche ausrollen. Eine Hälfte mit verquirltem Eigelb bestreichen und mit Schinken belegen. Mit der zweiten Teigplatte belegen und etwas andrücken. In ein Zentimeter breite Streifen schneiden, Streifen leicht eindrehen und auf das Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen 15 Minuten backen. Sahne in die Suppe geben, kurz aufkochen und die Suppe fein pürieren. Mit Muskatnuss würzen, mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken. Suppe in tiefen Tellern anrichten, mit Petersilie garnieren und die Blätterteigstangen dazu reichen.

Horst Lichter am 17. Januar 2015

Linsen-Eintopf mit Räucherfisch

Für 4 Personen

300 g Berglinsen	1 Zwiebel	1 Kartoffel, mehlig
2 EL Butter	Geflügelbrühe	1 Lorbeerblatt
40 g Bauchspeck	80 g Lauch	80 g Sellerie
1 Karotte	1 Spritzer Apfelessig	Salz
Pfeffer	1/2 Bund Blattpetersilie	150 g geräuchertes Forellenfilet

Die Linsen 3 Stunden in reichlich Wasser einweichen.

Die eingeweichten Linsen in ein Sieb geben und abtropfen lassen.

Die Zwiebel schälen, in Würfel schneiden. Die Kartoffel schälen.

Butter in einem Topf zergehen lassen, Zwiebel darin anschwitzen, die Linsen dazugeben und mit mehr als der Hälfte der Geflügelbrühe aufgießen. Die Kartoffel auf der feinen Reibe direkt in den Topf reiben. Lorbeerblatt und die Speckscheibe zu den Linsen geben und ca. 20 Minuten kochen, dazwischen immer wieder etwas Geflügelbrühe angießen.

In der Zwischenzeit Lauch, Sellerie und Karotte ebenfalls putzen bzw. schälen und fein würfeln. Die Gemüswürfel zur Linsensuppe geben, restliche Brühe angießen und alles weitere ca. 20 Minuten kochen, bis das Gemüse und die Linsen weich sind.

Die Speckscheibe herausnehmen, je nach Geschmack in Würfel schneiden und wieder zugeben.

Den Linseneintopf mit Essig würzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Blattpetersilie abbrausen, trocken schütteln, fein schneiden und über den Eintopf streuen.

Vom Forellenfilet evtl. noch die Haut abziehen, Fischfilet in Stücke zupfen, zum Eintopf geben und servieren.

Vincent Klink am 19. Oktober 2017

Linsen-Eintopf mit Räucherforelle

Für 2 Personen

1 Zwiebel	2 Möhren	1/2 Sellerieknolle
1 ganze Räucherforelle	Salz	1/2 TL Pfefferkörner
2 Pimentkörner	1 Lorbeerblatt	2 Wacholderbeeren
150 g gelbe Linsen	1/2 Bund Dill	1/2 Bund Estragon
ca. 100 g Strudelteig	1 Spritzer Apfelessig	1 Prise Zucker

Zwiebel schälen und grob würfeln. Möhren und Sellerie schälen, die Gemüseschalen sehr gründlich waschen und klein schneiden. Von der Räucherforelle die beiden Filets auslösen und beiseite stellen. Alle Häute und Gräten mit den Gemüseschalen und der Zwiebel in einen Topf geben und mit ca. 600 ml kaltem Wasser bedecken. Salz, Pfefferkörner, Piment, Lorbeer und Wacholder zugeben, aufkochen und alles ca. 20 Minuten köcheln lassen. Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. In der Zwischenzeit Möhre und Sellerie in 2 cm große Würfel oder Rauten schneiden und in einem Topf mit Salzwasser blanchieren. Den ausgekochten Fond durch ein Sieb geben, die Linsen in den passierten Fond geben, aufkochen und ziehen lassen. Dill und Estragon abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. 1/4 des Forellenfleisches zerschneiden mit etwas Dill und Estragon mischen. Den Strudelteig dünn ausrollen, in Bahnen von ca. 8 x 12 cm schneiden. Mit der Kräuterforelle bestreuen und zu langen dünnen Strudeln rollen, diese auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im vorgeheizten Ofen ca. 5 Minuten backen. Die blanchierten Gemüsstücke zum Linsentopf geben, restliche gehackten Kräuter und restliches Forellenfleisch zugeben. Den Eintopf mit Apfelessig, Salz und Zucker abschmecken. Anrichten und mit den Strudelstangen servieren.

Jacqueline Amirfallah am 14. Januar 2015

Linsen-Suppe mit gebratener Kaninchen-Leber

Für 4 Personen

1 kleine Zwiebel	50 g durchw. Räucherspeck	7 EL Butter
2 – 3 EL Balsamico	100 g kleine Tellerlinsen	Meersalz, Pfeffer
1 Zweig Thymian	4 Stängel glatte Petersilie	1 Msp. Dijon-Senf
120 g Kaninchenleber	gerebelter Majoran	

Zwiebel schälen und fein würfeln. Speck ebenfalls würfeln. In einem Topf mit 2 EL Butter Zwiebel und Speck glasig dünsten. 1 EL Balsamico, Linsen und 1 l Wasser zugeben, salzen, pfeffern und die Kräuter einrühren. Alles aufkochen lassen, dann bei schwacher Hitze in etwa 40 Minuten weich kochen. Für die Einlage 2 EL gegarte Linsen herausnehmen, die restliche Suppe im Mixer fein pürieren und durch ein Sieb passieren. 3 EL Butter in einem Pfännchen goldbraun aufschäumen lassen und mit dem Senf und etwas Balsamico unter die Suppe rühren. Für die Einlage von der Kaninchenleber Häute und Blutgefäße entfernen. 2 EL Butter in einer Pfanne erhitzen und die Leber darin wenige Minuten von beiden Seiten abraten. Mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen, kurz durch schwenken, herausnehmen und in Scheiben schneiden. Die Suppe auf vorgewärmte Teller verteilen, die zurückbehaltenen Linsen und die Kaninchenleberscheiben als Einlage in die Mitte geben und servieren.

Frank Buchholz am 03. November 2014

Linsen-Suppe mit geräuchertem Tofu

Für 4 Personen

Für die Linsensuppe:

100 g kleine Berglinsen	1 kleine Zwiebel	50 g durchw. Räucherspeck
50 g Butter	2 EL Balsamessig	Meersalz, Pfeffer
1 Zweig Thymian	3 Stiele Petersilie	1 Msp scharfer Senf

Für den geräuchertem Tofu:

200 g geräucherter Seidentofu	Sesamöl	1 TL frisch gehackter Majoran
-------------------------------	---------	-------------------------------

Für die Linsensuppe:

Die Linsen in kaltem Wasser ca. 2-3 Stunden einweichen. Zwiebel schälen fein würfeln. Speck ebenfalls fein würfeln. Zwiebeln und Speck in 10 g Butter andünsten. Linsen abgießen und mit 1 EL Essig und 800 ml Wasser zu der Zwiebel-Speckmasse geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles einmal aufkochen und bei schwacher Hitze 20 Minuten köcheln. Die Kräuter waschen, zugeben und alles weitere ca. 20 Minuten weich kochen. 2 EL Linsen aus dem Topf nehmen und beiseite stellen. Die restliche Suppe fein pürieren, anschließend durch ein Sieb passieren. 40 g Butter in einem Pfännchen goldbraun aufschäumen lassen. Butter mit dem Senf und 1 EL Essig unter die pürierte Suppe rühren.

Für den geräuchertem Tofu:

Den Tofu mit Sesamöl beträufeln und mit Salz, Pfeffer sowie Majoran würzen, in der restlichen heißen Butter von beiden Seiten anbraten. Tofu herausnehmen und in Scheiben schneiden. Die Suppe auf vorgewärmte Teller verteilen, die nicht pürierten Linsen und Tofuscheiben jeweils in die Mitte geben.

Frank Buchholz am 04. November 2013

Linsen-Suppe mit Räucherforellen-Klößchen

Für 4 Personen

Für die Suppe:

200 g Berglinsen	1 Schalotte	3 EL Butter
1 l Geflügelfond	1 Zweig Thymian	1 Lorbeerblatt
1/2 Stange Lauch	1/4 Sellerieknolle	1 Karotte
Salz	Pfeffer	Balsamico
1/2 Bund glatte Petersilie		

Für die Klößchen:

100 g Zanderfilet ohne Haut	100 g geräuchertes Forellenfilet	100 ml Sahne
1 Ei	Salz, Pfeffer	

Die Linsen über Nacht in Wasser einweichen, dann abtropfen lassen.

Die Schalotten schälen, in Würfel schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen, die Linsen dazugeben und mit dem Geflügelfond auffüllen. Thymian und Lorbeerblatt hinzufügen und die Linsen in ca. 20 Minuten weich kochen. In der Zwischenzeit Zanderfilet und Forellenfilet in Würfel schneiden und mit Sahne und Ei in einen Cutter geben, mit Salz und Pfeffer würzen und zu einer feinen Farce pürieren. Aus der Farce Klößchen formen und diese in einem Topf mit kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten pochieren, dann herausnehmen und abtropfen lassen. Lauch, Sellerie und Karotten putzen bzw. schälen und in feine Würfel schneiden, in einer Pfanne mit 2 EL Butter anschwitzen. Wenn die Linsen weich gekocht sind, die Hälfte davon aus dem Topf herausnehmen, den Rest mit dem Fond pürieren. Dann die ganzen Linsen und die Gemüsewürfel dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Suppe mit einem Schuss Balsamico abrunden. Die Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden.

Die Linsensuppe in vorgewärmte Teller geben, die Klößchen darauf anrichten und mit Petersilie bestreut servieren.

Otto Koch am 19. November 2015

Möhren-Ingwer-Suppe mit Gambas

Für 4 Portionen

500 g Möhren	1 kleine Zwiebel	1 süßer Apfel
1 walnussgroßes Stück Ingwer	3 EL Sesamöl	2 TL rote Currypaste
1 EL Currypulver	1 TL Honig	50 ml Weißwein
100 ml Orangensaft	400 ml Gemüsebrühe	400 ml Kokosmilch
1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer	12 Garnelen

Die Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Den Apfel schälen, vierteln, entkernen und ebenfalls würfeln. Den Ingwer schälen und fein reiben.

In einem Topf 2 EL Sesamöl erhitzen und die Zwiebelwürfel darin bei mittlerer Hitze 4 Minuten glasig schwitzen. Möhren und Ingwer dazugeben und kurz mitschwitzen. Currypulver einstreuen, Honig einrühren und alles kurz durchrühren.

Mit dem Weißwein ablöschen und die Flüssigkeit fast vollständig verkochen lassen. Orangensaft und Gemüsebrühe angießen und das Ganze bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten garen, bis die Möhren richtig weich sind. Das Ganze mit dem Stabmixer pürieren.

Die Kokosmilch einrühren und alles noch einmal kurz aufkochen, dann mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Garnelen waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Das restliche Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen darin von beiden Seiten bei mittlerer Hitze jeweils 23 Minuten braten.

Die Suppe auf tiefe Teller oder Schalen verteilen, die Garnelen dazugeben und das Ganze nach Belieben mit Kräutern garniert servieren.

Tipp:

Vegetarier können die Garnelen natürlich weglassen!

Frank Rosin am 06. Juli 2015

Maronenschaum-Suppe mit Brot-Krusteln

Für vier Portionen

Für die Maronenschaumsuppe:

2 Schalotten	2 Stiele Thymian	20 g Butter
150 g Maronen	100 ml Weißwein	500 ml Gemüsefond
200 ml Sahne	Salz, Pfeffer, Zucker	

Für die Brotkrusteln:

2 Scheiben Graubrot	1 Knoblauchzehe	50 g Butter
100 ml Sahne	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	

Schalotten schälen und klein würfeln. Thymianblätter von den Stielen zupfen. Butter in einem Topf erhitzen, Schalotten, Maronen und Thymian darin anschwitzen. Ansatz mit Weißwein ablöschen und zwei Minuten einkochen lassen. Gemüsebrühe und Sahne angießen und alles 15 Minuten köcheln lassen. Suppe mit einem Pürierstab fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken. Graubrot in Würfel schneiden. Knoblauch schälen und klein würfeln. Butter in einer Pfanne schmelzen, Knoblauch und Brotwürfel zugeben und bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren goldbraun und knusprig braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sahne steif schlagen. Schnittlauch klein schneiden. Suppe mit dem Pürierstab aufschäumen und in Tassen verteilen. Einen Teelöffel geschlagene Sahne, Brotkrusteln und den Schnittlauch darauf verteilen.

Horst Lichter am 23. November 2013

Mediterrane Kartoffel-Creme-Suppe mit Chorizo-Wurst

Für 4 Portionen

500 g mehligk. Kartoffeln	300 g Chorizo	15 g Butter
$\frac{3}{4}$ Liter Geflügelbrühe	200 ml halbtrock. Weißwein	30 ml Sahne
3 Stangen kl. Zwiebellauch	1 große Möhre	1 mittelgroße Schalotte
$\frac{1}{2}$ Staude Staudensellerie	Salz, Pfeffer und Zucker	2 Lorbeerblätter
2 Gewürznelken	3 El gutes Olivenöl	

Zuerst das Gemüse zum Andünsten vorbereiten: Kartoffeln und die Möhre schälen. Den Zwiebellauch säubern und in Scheiben schneiden. Staudensellerie und die Kartoffeln werden zu grobe Würfeln geschnitten. Die Schalotte ebenfalls schälen und in kleine Würfel hacken.

Nach den Vorbereitungen, das Olivenöl in einem großen Topf bei starker Flamme erhitzen und als erstes die Möhren anschwitzen. Anschließend Staudensellerie und die Kartoffelwürfel hinzugeben. Mit 2 Prisen Salz, Pfeffer und Zucker würzen

Tipp:

Zucker rückt die salzigen Aromen in den Vordergrund. Lorbeerblätter und Gewürznelken dazu geben.

Zwischendurch immer wieder umrühren, damit das Gemüse nicht anbrennt. Erst nach dem Würzen die gehackte Schalotte und den Zwiebellauch zum restlichen Gemüse geben, damit der Lauch nicht verkocht. Das gesamte Gemüse unter Umrühren kurz weiter anschwitzen und mit Weißwein und der Gemüsebrühe ablöschen. Das Ganze wird dann bei mittlere Hitze rund 15 Minuten unter Umrühren köcheln gelassen.

Tipp:

Immer wieder den sich bildenden Schaum abnehmen, denn dieser besteht aus Eiweiß, das die Trüb- und Schmutzstoffe der Suppe bindet.

Anschließend die klare Suppe mit einem Pürierstab zur Creme mixen und mit Sahne und etwas Butter abschmecken. Durch die Sahne und die Butter wird die Suppe noch cremiger. Zum Schluss die Chorizo-Wurst in kleine Stücke schneiden und in einer Pfanne ohne Öl kurz scharf anbraten.

Tipp:

Das Fett der Wurst ist reicht zum Braten aus.

Zum Servieren die Chorizo mit der Kartoffel-Creme übergießen.

Frank Rosin am 23. Juli 2014

Melonen-Suppe mit gebratenen Garnelen

Für 4 Personen

1 reife Honigmelone	8 Garnelen mit Schale	1 Zwiebel
2 EL Butterschmalz	1l Gemüsebrühe	Salz, Pfeffer
1 Prise Zucker	1 Bund Estragon	

Die Melone halbieren und die Kerne herausstreichen. Dann mit einem Kugelausstecher einige Kugeln Fruchtfleisch zur Dekoration ausstechen. Restliches Fruchtfleisch auslösen. Garnelen schälen und den Darm entfernen. Zwiebel schälen, fein schneiden und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten. Die Garnelenschalen und ca. 3 EL Melone zugeben und mit anbraten. Mit der Brühe ablöschen. Die Schalen wieder entfernen. Restliche Melone zugeben, alles pürieren, durch ein Sieb streichen und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Estragon abspülen, trocken schütteln und fein hacken, unter die Suppe mischen und kalt stellen. Die Garnelen in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz braten. Melonenkugeln zugeben und kurz mit anschwenken. Die kalte Suppe anrichten und mit den heißen Garnelen und Melonenkugeln servieren.

Jacqueline Amirfallah am 24. Juli 2013

Minestrone mit Parmesan-Crostini

Für 4 Personen

Suppe:

200 g Blumenkohl	200 g Brokkoli	100 g Knollensellerie
100 g Petersilienwurzel	300 g Möhren	100 g grüne Bohnen
2 Schalotten	2 EL Rapsöl	1 Lorbeerblatt
5 Stiele Thymian	1 EL Tomatenmark	300 g Fleischtomaten
100 g Zucchini	600 ml milde Gemüsebrühe	200 g kleine Nudeln
4 EL Pesto	Salz, Pfeffer, Zucker	

Parmesan-Crostini:

4 Scheiben Baguette vom Vortag 50 g Parmesan

Das Gemüse waschen. Brokkoli und Blumenkohl in kleine Röschen schneiden. Schalotten, Sellerie, Petersilienwurzel und Möhren schälen, alles würfeln. Tomaten vierteln, den Stielansatz entfernen und auch würfeln. Zucchini nicht schälen, nur würfeln. Bohnen putzen und die Enden abschneiden.

Schalotten, Sellerie, Petersilienwurzel und Möhren mit dem Rapsöl im großen Topf etwa 3 Minuten scharf anbraten. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Thymian würzen. Das Tomatenmark unterrühren. Blumenkohl, Brokkoli, Tomaten, Zucchini und Bohnen dazugeben und 2 Minuten mit anbraten. Mit dem Wasser oder der milden Gemüsebrühe aufgießen, Lorbeerblatt hineinlegen, den Deckel schräg aufsetzen und alles etwa 15 Minuten leichtköcheln lassen, abschmecken.

Die kleinen Nudeln einstreuen und nach Anleitung mitgaren.

Etwa 3 Minuten bevor die Nudeln fertig sind, BaguetteScheiben im Toaster oder Ofen rösten und Parmesan hobeln. Parmesan aufs heiße Brot legen – fertig sind die kleinen Krusten (Crostini). Einen Esslöffel Pesto in die Suppe geben, mit den Crostini servieren.

Tipps:

Statt der Nudeln können Sie auch Kartoffelwürfel oder Reis in die Suppe geben. So machen es auch die Norditaliener.

Variieren Sie das Gemüse nach der Saison, zum Beispiel mit Wirsing, Fenchel, Porree, Erbsen, weißen Bohnen.

Frisches Gemüse wie Bohnen, Möhren, und Brokkoli können Sie durch Tiefkühlgemüse ersetzen, frische Tomaten durch Dosentomaten. Das alles lässt sich prima lagern, muss nicht geputzt werden und bietet eine vergleichbare Nährstoff-Fülle.

Den Parmesan können Sie statt aufs Baguette auch direkt auf die Suppe geben. Dann schmilzt er stark.

Wer eine FleischEinlage möchte: bei Kochbeginn 400 Gramm Kabanossi-Wurst in Scheiben anbraten oder 100 Gramm Speck, etwa italienischen Pancetta.

Für Gäste oder für den nächsten Tag lässt sich eine Minestrone bestens vorkochen – allerdings ohne Nudeln, sie werden weich. Geben Sie die Nudeln immer erst kurz vor dem Servieren in die Suppe.

test August 2013

Nobelsüppchen aus Garnelen

Für zwei Personen

8 Garnelen	1 Carabiniero	3 Schalotten
1 TL Tomatenmark	120 ml trockener Weißwein	250 ml Gemüsebrühe
100 ml Sahne	2 Strauchtomaten	2 Zehen Knoblauch
1 Zitrone	$\frac{1}{4}$ Bund Thymian	2 Zweige Basilikum
Olivenöl	Stärke	Salz
schwarzer Pfeffer		

Die Garnelen und den Carabiniero pulen, längs halbieren und den Darm entfernen. Die Schalentiere unter fließendem Wasser abspülen, anschließend trocken tupfen, beiseite Stellen und die Schalen waschen.

Die gewaschenen Garnelen- und Carabiniero-Schalen in einer Pfanne mit Olivenöl rösten. Die Schalotten schälen, grob zerschneiden und zusammen mit einer Zehe Knoblauch zu den Garnelenschalen geben. Danach das Tomatenmark zugeben, kurz mitrösten, mit Weißwein ablöschen, den Alkohol verdampfen und mit Brühe auffüllen. Die Strauchtomaten vom Strunk befreien, in grobe Stücke schneiden und zugeben. Die Stiele vom Basilikum und eine Prise Salz hinein geben, aufkochen lassen und mit einem Deckel zugedeckt eine Stunde bei schwacher Hitze, leicht köcheln, bzw. ziehen lassen.

Die Suppe durch ein feines Sieb drücken und erneut aufkochen lassen. Die Sahne zugeben, mit wenig, in kaltem Wasser angerührter Stärke binden und mit Zitronenabrieb und ggf. einer Prise Salz abschmecken.

Die halbierten Garnelen (mit der Außenseite nach unten) in einer Pfanne mit wenig Olivenöl braten. Anschließend mit einer Prise Salz würzen, einen großen Schuss Olivenöl, eine weitere Zehe Knoblauch und den Thymian zugeben, durchschwenken und die Pfanne vom Herd nehmen. Das Carabiniero-Fleisch in Segmente schneiden und roh in tiefen Tellern oder Suppenschüsseln anrichten, die gebratenen Garnelenhälften zugeben, die Suppe mit Hilfe eines Pürierstabes schaumig aufmixen, über die Garnelen gießen und servieren.

Etwas stärker gebunden passt die Suppe auch als Sauce hervorragend zu Nudeln oder gebratenen Krustentieren.

Alexander Herrmann am 24. März 2015

Orientalische Linsen-Suppe

Für 4 Personen

Für die Gemüsebrühe:

2 Zwiebeln	2 Möhren	2 Stangen Staudensellerie
1 Stange Lauch	2 Zucchini	1 Petersilienwurzel
1 Knoblauchzehe	2 EL Butter	1 Lorbeerblatt
1 EL getrocknete Speise-Pilze	Salz	Pfeffer

Für die Linsensuppe:

100 g schwarze Linsen	200 g rote Linsen	1 Kartoffel, mehlig kochend
2 getrocknete Limetten	2 Möhren	2 rote Zwiebeln
1 EL Olivenöl	1/2 TL Kurkuma	1/2 TL Fenchelsamen, gemahlen
1 Bund Koriander	1/2 Bund Zwiebellauch	100 g griech. Joghurt (10%)
Salz	Pfeffer	1 Prise Sumach
1 Fladenbrot		

Für die Gemüsebrühe eine Zwiebel halbieren und die beiden Schnittflächen in einer trockenen Pfanne bräunen.

Übriges Gemüse putzen und grob zerkleinern.

In einem Topf Butter erhitzen und das zerkleinerte Gemüse anschwitzen, kurz dünsten und mit 2,5 l Wasser ablöschen.

Die gebräunte Zwiebel und Lorbeerblatt zugeben und bei geringer Hitze ca. 30 Minuten köcheln lassen.

Dann die getrockneten Pilze zugeben, nochmal aufkochen lassen und ein paar Minuten köcheln lassen

Den Gemüsefond durch ein sauberes Tuch passieren, erneut erhitzen, auf ca. 1,5 l einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Jeweils 600 ml Gemüsebrühe auf 2 Töpfe verteilen, in dem einen Topf die schwarzen Linsen ca. 30 Minuten weich kochen, in dem anderen Topf die roten Linsen in der Brühe zunächst ca. 5 Minuten kochen.

In der Zwischenzeit die Kartoffel schälen und klein würfeln. Die getrockneten Limetten andrücken.

Die Hälfte der roten Linsen nach 5 Minuten Kochzeit aus dem Topf nehmen und beiseite stellen. Zu den verbleibenden Linsen im Topf die Kartoffelwürfel und die getrockneten Limetten geben und alles sehr weich kochen.

In der Zwischenzeit die Möhren schälen und in kleine Würfel schneiden. Die roten Zwiebeln ebenfalls schälen und fein schneiden.

In einem Topf Olivenöl erhitzen, rote Zwiebeln anschwitzen, Möhrenwürfel zugeben und mit Kurkuma und Fenchelsamen würzen. Mit der restlichen Gemüsebrühe ablöschen und ca. 5 Minuten weich kochen.

Koriander abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Zwiebellauch putzen, waschen und in feine Ringe schneiden.

Die weichgekochten roten Linsen, mit Kartoffel und Limetten mit der Brühe pürieren. Nach Wunsch anschließend durch ein Sieb passieren.

Die gekochten Möhren abschütten, dabei die Brühe auffangen.

Die sämig pürierten roten Linsen in den Topf zu den schwarzen Linsen geben, die zurückbehaltenen roten Linsen und Möhrenwürfel ebenfalls zugeben und die Suppe abschmecken. Je nach Konsistenz der Suppe, kann die restliche Brühe der gekochten Möhren noch zugeben werden. Suppe erhitzen, Zwiebellauch und Koriander untermischen.

Den Joghurt mit Salz, Sumach und Pfeffer abschmecken.

Die Suppe anrichten und je einen Löffel Joghurt auf die Suppe geben. Dazu Fladenbrot servieren.

Jacqueline Amirfallah am 01. November 2017

Paprika-Rhabarber-Suppe

Für zwei Personen

500 g gelbe Paprikaschoten	100 g Rhabarber	400 ml Gemüsefond
15 g Ingwer	80 g Zwiebeln	1 EL Haselnussöl
1 Mini-Salatgurke	1 Limette	1 gekochte Kartoffel
100 ml Sahne	Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Die Paprikaschoten entkernen und mit der Hautseite nach oben nebeneinander auf ein Backblech legen. Unter dem vorgeheizten Backofengrill sechs bis acht Minuten rösten, bis die Haut schwarze Blasen wirft. Aus dem Ofen nehmen, mit Aluminiumfolie zehn Minuten abdecken und anschließend häuten.

Ein Paprikaviertel quer in 0,5 Zentimeter dicke Streifen schneiden und für die Einlage bereitstellen. Die restliche Paprika in Stücke schneiden.

Den Rhabarber schälen und in drei Zentimeter große Stücke schneiden. Den Ingwer und die Zwiebeln schälen, beides in feine Würfel schneiden. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen. Den Ingwer und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze anschwitzen. Die Paprika und den Rhabarber dazugeben, mit der Gemüsebrühe auffüllen und 15 Minuten köcheln lassen. Die Kartoffel hinein reiben und die Sahne als Bindung dazu geben.

Inzwischen die Gurke ungeschält in dünne Scheiben schneiden.

Die Limette auspressen. Den Limettensaft und das Haselnussöl verrühren und über die Gurkenscheiben geben. Mit Salz und Pfeffer würzen und vorsichtig mischen. Zehn Minuten ziehen lassen.

Die Suppe mit dem Stabmixer sehr fein pürieren. Mit Salz und Zucker abschmecken. Die Paprika-Einlage und die Gurkenscheiben auf zwei Tellern verteilen und mit der Suppe bedecken. Obendrauf noch etwas von dem Haselnussöl geben und Pfeffer darüber streuen.

Ali Güngörmüs am 27. März 2015

Parmesan-Suppe mit confiertem Landei und weißem Trüffel

Für vier Personen

2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	2 Zweige Thymian
40 g Risottoreis	600 ml Geflügelfond	160 g Parmesan
Meersalz	4 Landeier	300 g geklärte Butter
Butter	200 g Blattspinat	Salz, Pfeffer
Muskatnuss	weißer Trüffel	

Die Schalotten und den Knoblauch schälen und würfeln. Die SchalottenKnoblauchwürfel mit den Kräutern in etwas Butter in einem Topf glasig anschwitzen und den Risottoreis dazugeben. Alles durchschwenken und mit dem Geflügelfond aufgießen. Das Ganze aufkochen und circa zehn Minuten köcheln lassen. Die Suppe durch ein Spitzsieb passieren (aus dem aufgefangenem Reis kann noch ein Risotto gekocht werden). Den geriebenen Parmesan einrühren, die Suppe mit einem Pürierstab schaumig mixen und mit wenig Meersalz und Pfeffer abschmecken. Die Eier trennen und die Eigelbe in der geklärten Butter im Ofen confieren. Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen. Den Blattspinat in der schäumenden Butter sautieren, bis er in sich zusammenfällt. Mit der Muskatnuss Salz und Pfeffer abschmecken.

Serviervorschlag:

Zum Anrichten den Blattspinat und jeweils ein Eigelb in die vorgewärmten Suppenteller geben. Die Suppe um den Spinat gießen und den Trüffel über die Suppe hobeln.

Cornelia Poletto am 23. Dezember 2014

Pastinaken-Suppe mit Trüffel-Schaum, Pastinaken-Chips

Für vier Portionen

500 g Pastinaken	2 Schalotten	2 EL Olivenöl
50 ml weißer Portwein	700 ml Gemüsefond	150 g Sojasahne
1 Knoblauchzehe	1 Schalotte	1 EL Olivenöl
100 ml Weißwein	300 ml Gemüsefond	200 ml Sojasahne
Zucker, Salz	Pfeffer, Chili	1 kleiner frischer Trüffel
1 kleiner eingelegter Trüffel	1 EL Trüffelöl	$\frac{1}{2}$ Zitrone
2 Pastinaken	200 ml Olivenöl	

Die Pastinaken waschen, schälen und klein schneiden. Schalotten schälen und klein würfeln. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Schalotten und Pastinaken darin anschwitzen. Mit dem Portwein ablöschen und verkochen lassen. Gemüsefond und Sojasahne angießen und die Suppe etwa 15 bis 20 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse weich ist.

In der Zwischenzeit die Schalotte und den Knoblauch schälen und zusammen mit dem eingelegten Trüffel klein würfeln. Alles in dem Olivenöl anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und ein bis zwei Minuten verkochen lassen. Gemüsefond und Sojasahne zugeben und zehn Minuten einkochen lassen. Den Sud mit Salz, Pfeffer, Zucker und etwas Chili würzen. Das Trüffelöl zugeben. Den Trüffelsud mit einem Pürierstab schaumig aufmixen.

Die Suppe fein pürieren und mit Salz und Pfeffer, sowie etwas Zitronensaft würzig abschmecken. Restliche Pastinaken waschen, schälen und in dünne Streifen hobeln. Olivenöl erhitzen und die Pastinakenstreifen darin goldbraun und knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Leicht salzen.

Die Suppe in tiefen Tellern anrichten. Den Trüffelschaum nochmal schaumig aufmixen und auf die Suppe geben. Mit den Chips und frisch gehobeltem Trüffel vollenden.

Johann Lafer am 14. November 2015

Peffer-Potthast im Dampfdrucktopf gegart

Für 4 Personen

700 g Rinderhüfte	400 g Zwiebeln	250 g Graubrot in dünnen Scheiben
500 g Kartoffeln, fest	3 EL Butterschmalz	Salz, Pfeffer
500 ml Fleischbrühe	1 TL Zitronen-Abrieb	1 Lorbeerblatt
schwarzer Pfeffer	1 Msp. Piment	1 Msp. Gewürznelke
1 Msp. Ingwerpulver	1 Msp. Macis	

Das Fleisch in fingerdicke Scheiben schneiden. Die Zwiebeln halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Das Brot in kleine Würfel schneiden.

Kartoffeln schälen, vierteln und im Dampfgarer dämpfen. (Oder einen Topf mit Siebeinsatz bereitstellen, Wasser bis zum Siebeinsatz in den Topf geben, die Kartoffelviertel in den Siebeinsatz geben, Kartoffeln zugedeckt garen.)

In einem Dampfdrucktopf die Zwiebeln mit 3 EL Butterschmalz goldbraun anschwitzen. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, zugeben und Fleischbrühe angießen. Brot, Zitronenabrieb, Lorbeerblatt, Pfeffer, Piment, Nelke, Ingwerpulver und Macis zugeben. Mit dem Dampfdruckdeckel verschließen. Wenn der Topf unter vollem Druck steht, das Ganze ca. 15 Minuten kochen lassen. Dann den Druck lösen und den Dampf entweichen lassen. Erst dann den Deckel öffnen. Den Eintopf abschmecken und anrichten. Die gedämpften Kartoffeln leicht salzen und dazu servieren.

Vincent Klink am 21. Januar 2016

Piña-Colada-Suppe

Für zwei Personen

500 ml Hühnerfond	300 ml Kokosmilch	100 ml Ananassaft
1 geh. EL Speisestärke	1 TL gelbe Thai-Currypaste)	1 TL Strohrum
mildes Chilisalز	20 g kalte Butter	5 Rosenkohlköpfchen
Salz	1 TL Pistazien	1 TL Mandelblättchen

Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Pistazien grob hacken. Nüsse beiseitestellen.

Den Fond mit der Kokosmilch und dem Ananassaft in einen Topf füllen und aufkochen lassen. Die Stärke in wenig kaltem Wasser glatt rühren, in die Suppe geben und kurz aufköcheln lassen, bis diese eine sämige Konsistenz erreicht. Curry unterrühren und die Butter untermixen. Suppe mit Rum und Chilisalز würzen.

Den Rosenkohl putzen, in einzelne Blätter teilen, in Salzwasser 1 bis 2 Minuten kochen, abgießen und mit Pistazien und Mandeln beim Anrichten auf die Suppe streuen.

Pina-Colada-Suppe in tiefen Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 08. Dezember 2017

Räucherforellen-Suppe

Für 4 Personen

2 geräucherte Forellen	1 Pastinake	1 Möhre
1 Stange Lauch	1 Lorbeerblatt	2 Pimentkörner
Salz	3 mehlig kochende Kartoffeln	1 Ei
2 EL Speisestärke	200 g Sahne	Mehl, Pankomehl
300 g Butterschmalz		

Das Fleisch der Räucherforellen herauslösen. Pastinake, Möhre und Lauch putzen, bzw. schälen. Die Gemüseabschnitte mit Fischgräten und Haut in einen Topf geben und mit ca. 1,5 Liter Wasser bedecken. Lorbeer, Piment und etwas Salz zugeben und alles ca. 30 Minuten kochen. Kartoffeln waschen und in Salzwasser weich kochen. Lauch, Pastinake und Möhre fein würfeln. $\frac{1}{4}$ des Gemüses in wenig Wasser dünsten. Übriges Gemüse abdecken. 1 halbes Forellenfilet fein hacken. Gegarte Kartoffeln abgießen und ausdämpfen lassen. Kartoffeln schälen und durch eine Presse in eine Schale drücken. 2 EL Kartoffelmasse beiseite stellen. Ei trennen. Übrige Kartoffeln mit gehackter Räucherforelle, gedünsteten Gemüse, Eigelb, Stärke und Salz zu kleinen, etwa walnussgroßen Bällchen formen und abdecken. Inzwischen die Forellenbrühe durch ein Sieb, zurück in den Topf passieren. Gemüswürfel zugeben und alles ca. 10 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse bissfest gegart ist. Übrige 2 EL Kartoffeln und Sahne unterrühren. Aufkochen und würzen. Forellenbällchen in Mehl, verquirltem Eiweiß und Pankomehl panieren. Im Butterschmalz frittieren, abtropfen lassen und zur Suppe servieren. Die restliche Räucherforelle zum Beispiel zu Nocken verarbeiten (siehe Rezept Vincent Klink am 7.11.2013)

Jacqueline Amirfallah am 06. November 2013

Ramen-Nudelsuppe mit gebratener Ananas

Für 4 Personen

Für die Brühe:

2 Knoblauchzehen	1 Zwiebel	1 Stück Ingwer(ca. 3 cm)
1 TL neutrales Pflanzenöl	7 g getr. Steinpilze	10 g getr. chin. Baumpilze
1,5 l Gemüsebrühe	2 EL dunkle Sojasauce	

Für die Karotten:

200 g Karotten	1 Stück Ingwer (ca. 2 cm)	1/2 TL Zucker
1 TL Shiro Miso	2 TL Sojasauce	2 TL neutrales Pflanzenöl
1 EL Limettensaft		

Für die übrige Einlage:

1 kleiner Kohlrabi	Salz, Zucker	1/2 Ananas
1 EL neutrales Pflanzenöl	1 Bund Frühlingszwiebeln	1/2 Bund Koriander
220 g Instant-Ramennudeln	2 Handvoll Shiitakepilze	Sprossen, Chiliflocken

Für die Brühe die Knoblauchzehen andrücken, die Zwiebel schälen und in Scheiben schneiden, den Ingwer (mit Schale) in dünne Scheiben schneiden.

In einem Topf 1 EL Öl erhitzen und die Zwiebelringe, den Ingwer sowie die Knoblauchzehen 2-3 Minuten anschwitzen, bis die Zwiebeln Farbe bekommen. Die getrockneten Pilze zugeben und mit der Brühe und der Sojasauce ablöschen. Die Brühe zugedeckt 1 Stunde köcheln lassen. (Alternativ für 30 Minuten unter Druck im Schnellkochtopf kochen.)

Die Brühe anschließend abseihen, Zwiebeln, Ingwer, Knoblauch und Pilze wegwerfen. (TIPP: Die Brühe kann bereits einige Tage zuvor zubereitet werden. Dazu kochend heiß in Schraubgläser füllen, verschließen und nach dem Abkühlen bis zu 1 Woche im Kühlschrank aufbewahren.)

Ungefähr 30 Minuten bevor die Brühe fertig ist, die Einlagen vorbereiten. Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Die Karotten schälen und leicht schräg in ca. 3 mm dicke Scheibe schneiden. Ingwer schälen und fein reiben. Zucker, Misopaste, Sojassauce, Öl und Limettensaft glattrühren und mit dem Ingwer unter die Karotten mengen. Alles in eine feuerfeste Form füllen und 25 Minuten im vorgeheizten Backofen (Mitte) garen. Zwischendurch einmal umrühren. Den Kohlrabi schälen und in 5 mm kleine Würfel schneiden. Mit wenig Salz und Zucker bestreuen, mischen und zugedeckt bis zum Servieren beiseite stellen. Die Ananas schälen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben halbieren und den Strunk halbkreisförmig ausschneiden. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Ananasscheiben bei mittlerer Hitze einige Minuten anbraten, bis die Scheiben am Rand karamellisieren und braun werden.

Frühlingszwiebeln waschen, die grünen Teile der Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Den Koriander abbrausen trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob hacken.

Die getrockneten Ramen-Nudeln mit reichlich kochendem Wasser übergießen. Zugedeckt 3-4 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Stiele der Shiitakepilze entfernen und die Shiitake in sehr dünne Scheiben schneiden. Die Sprossen abbrausen und abtropfen lassen.

Die Nudeln durch ein Sieb abgießen und auf 4 Schüsseln verteilen. Die Brühe aufkochen und sofort vom Herd ziehen. Die unterschiedlichen Toppings (Miso-Karotten, Kohlrabi Frühlingszwiebeln, rohe Shiitakepilze, Ananas) über die Nudeln geben und die heiße Brühe darüber gießen. Mit Koriander und Sprossen garnieren, nach Belieben Chiliflocken überstreuen und sofort servieren.

Nicole Just am 13. Februar 2017

Reis-Suppe

Für 4 Portionen

1 kg Rindfleisch mit Knochen	Salz	1 Karotte
2 Stangen Staudensellerie	3 Zwiebeln	4 Stiele Thymian
2 Knoblauchzehen	50 g Risottoreis	4-5 El Olivenöl
2 Dosen geschälte Tomaten	1 Paar Salsicce	Pfeffer, Zucker
1 Tl Zitronen-Abrieb	$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum	

Für die Rinderbrühe das Rindfleisch in einem Topf mit Salzwasser bedecken, aufkochen und bei milder Hitze 2:

30 Std. garen.

Karotte schälen, Staudensellerie putzen, beides in grobe Stücke schneiden. Zwiebeln halbieren, Thymian hacken. Alles zusammen mit den Knoblauchzehen im Blitzhacker klein hacken.

Reis in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Gemüsemischung in einem Topf mit 3 El Olivenöl andünsten und salzen. Reis zugeben und kurz mitdünsten.

Tomaten ebenfalls im Blitzhacker zerkleinern. Zum Gemüsereis geben. 1,3 l von der Rinderbrühe zugießen, aufkochen und zugedeckt 15–20 Min. garen.

Inzwischen das Fleisch vom Knochen lösen, würfeln und in die Suppe geben. Salsicce als Bällchen aus der Pelle drücken und direkt in die Suppe geben. 5 Min. gar ziehen lassen. Die Suppe mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronenschale würzen, mit etwas Olivenöl beträufeln und mit einigen Basilikumblättchen bestreut servieren.

Tim Mälzer am 15. Februar 2014

Riesling-Suppe mit Butter-Klößchen

Für 4 Personen

1 Brötchen vom Vortag	50 g Butter	1 Ei
Salz, Pfeffer	1 Prise Muskat	1 Zwiebel
250 ml Riesling	600 ml Gemüsebrühe	2 EL Mehl
125 ml Sahne	3 Stiele glatte Petersilie	

Für die Klößchen das Brötchen auf einer groben Reibe oder einem Cutter zu Bröseln reiben. 50 g Butter schmelzen. In einem Mixbecher die heiße Butter mit einem Ei verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Brötchenbrösel untermischen, bis eine dünne Paste entsteht. Diese Paste ca. 10 Minuten stehen lassen, dann aus der Masse kleine Klößchen formen und diese ca. 10 Minuten in siedendem Salzwasser gar ziehen lassen. Herausnehmen und abtropfen lassen.

Für die Suppe die Zwiebel schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Mit dem Riesling ablöschen und diesen um die Hälfte einkochen lassen. Danach die Brühe hinzufügen und aufkochen lassen. Das Mehl mit etwas Sahne mischen und dann unter kräftigem Rühren in die Suppe geben, restliche Sahne zugeben, alles noch einmal köcheln lassen, mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken.

Direkt vor dem Servieren die Suppe mit einem Stabmixer aufschäumen, die Suppe mit den Klößchen anrichten, mit Petersilie bestreuen und servieren.

Vincent Klink am 01. Oktober 2015

Rosenkohl-Suppe mit scharfer Paprikawurst

Für vier Portionen

500 g Rosenkohl	500 g Kartoffeln, vorw. festk.	1 Zwiebel
30 g Butter	800 ml Gemüsebrühe	1 scharfe Paprikawurst
2 EL Sonnenblumenöl	½ Baguette	Muskatnuss
Salz, Pfeffer		

Den Rosenkohl putzen, waschen und vierteln. Die Kartoffeln waschen, schälen und in walnussgroße Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und würfeln.

Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln, Kartoffeln und Rosenkohl darin anschwitzen. Die Gemüsebrühe angießen und aufkochen lassen. Die Suppe auf mittlerer Stufe bei geschlossenem Deckel 15 bis 20 Minuten kochen lassen.

Die Wurst in dünne Scheiben schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Wurstscheiben darin knusprig braten. Aus dem Fett heben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Das Baguette in Scheiben schneiden und in dem restlichen Bratfett knusprig braten.

Die Suppe mit Salz, Pfeffer und frisch geriebener Muskatnuss würzen. Die Suppe in Schalen anrichten, Paprikawurst darüber streuen und die Baguettescheiben dazu servieren.

Horst Lichter am 12. Dezember 2015

Rote-Bete-Suppe mit Frischkäse-Klößchen

Für 2 Personen

400 g Rote Bete	Salz	1/2 Bund Schnittlauch
150 g Ricotta	Pfeffer	1 Eigelb
1 EL Mehl	2 Schalotten	1 EL Butter
400 ml Gemüsebrühe	100 ml Sahne	1/2 Orange
1 Prise Zucker	1 Spritzer Himbeeressig	

Rote Bete waschen und in Salzwasser ca. 30 Minuten kochen. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Für die Klößchen den sehr gut abgetropften Ricotta mit Salz und Pfeffer würzen. Eigelb, Mehl und Schnittlauch zugeben. Gut durchmischen und aus der Masse mit einem Teelöffel Nocken abstechen. Diese in siedendem Salzwasser 5 Minuten ziehen lassen. Gekochte Rote Bete schälen und in Würfel schneiden. Die Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden und in einem Topf mit der Butter anschwitzen. Rote-Bete-Würfel zugeben und ebenfalls andünsten. Mit Brühe und Sahne auffüllen und 10 Minuten leicht köcheln lassen. Von der Orange den Saft auspressen. Die Suppe mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker, etwas frischem Orangensaft und Himbeeressig abschmecken und mit einem Pürierstab fein mixen. Die Suppe mit Klößchen anrichten.

Vincent Klink am 19. Dezember 2013

Rote-Bete-Suppe

Für 4 Portionen

2,5 kg grobes Meersalz	1 Eiweiß (Kl. M)	6 Rote-Bete-Knollen
3 Stück Bio-Zitronenschale	3 Scheiben Toastbrot	2 El Butter
3 Zwiebeln	3 El Olivenöl	1 Knoblauchzehe
1 l Geflügelbrühe	Salz	Pfeffer
½ Tl Kümmelsaat	150 ml Schlagsahne	Zucker
1 El geriebener Meerrettich	½ Beet Gartenkresse	100 g Nordseekrabbenfleisch

Meersalz mit Eiweiß und 4-6 El Wasser mischen. 1/3 davon auf ein Backblech geben und flach drücken. Die Knollen gründlich waschen und zusammen mit der Zitronenschale auf das Salzbett legen. Mit dem übrigen Meersalz bedecken. Dieses rundherum fest andrücken. Im heißen Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) im unteren Drittel 75 min. backen.

Inzwischen Toastbrot würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Toastbrotwürfel darin goldgelb braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Rote Bete aus dem Ofen nehmen, die Salzkruste aufschlagen. Die Knollen herausnehmen, leicht abkühlen lassen, pellen und grob würfeln. Zwiebeln grob würfeln und in einem Topf mit dem Olivenöl andünsten. Rote Bete und Knoblauch zugeben und kurz mitdünsten. Brühe zugießen, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Aufkochen und 15 Min. Bei mittlerer Hitze kochen. 50 ml Sahne zugeben. Die Suppe mit dem Schneidstab sehr fein pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken

100 ml Sahne leicht anschlagen und den Meerrettich untermischen. Kresse vom Beet schneiden. Suppe mit Meerrettichsahne, Krabben, Croûtons und Kresse servieren.

Tim Mälzer am 02. Februar 2013

Rotkohl-Apfel-Suppe mit Klößchen

Für 4 Personen

250 g Kartoffeln, mehlig 1 Ei 100 g Weizenmehl
1 EL Kartoffelstärke Salz, Pfeffer 2 EL Butter

Suppe:

500 g Rotkohl 250 g Äpfel 100 g Kartoffeln, mehlig
1 Beet Gartenkresse 1 Knoblauchzehe 1/2 Bund Zitronenthymian
2 EL Honig Salz

Für die Klößchen die ungeschälten Kartoffeln in reichlich Wasser weich kochen.

Für die Suppe die äußeren Blätter vom Kohl entfernen, dann den Kohl halbieren, den Strunk heraus schneiden und den Kohl in feine Streifen schneiden. Die Äpfel waschen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Kartoffeln schälen und ebenfalls vierteln.

Rotkohl, Äpfel und Kartoffeln in einen Topf geben und ca. 1 l Wasser angießen. Alles aufkochen und etwa 25 Minuten leicht köchelnd garen, bis Rotkohl und Kartoffeln weich sind.

Die gekochten ungeschälten Kartoffeln abgießen, leicht abkühlen lassen und pellen. Die Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken. Ei einschlagen und Mehl zugeben und gründlich untermischen. Zuletzt Stärke zugeben und alles zu einer glatten Masse verkneten.

In einem Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Die Kartoffelmasse zu kleinen Klößchen formen und diese im siedenden Salzwasser ca. 5 Minuten garen. Dann herausnehmen und abtropfen lassen.

Die Kresse vom Beet schneiden, zur Kohlsuppe geben und alles mit einem Stabmixer fein pürieren.

Den Knoblauch schälen und sehr fein würfeln. Zitronenthymian abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und grob schneiden.

Die Suppe mit Honig und Salz abschmecken und mit Zitronenthymian und Knoblauch verfeinern.

In einer Pfanne Butter erhitzen und die Klößchen darin kurz goldbraun anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen.

Die heiße Suppe anrichten und mit den Klößchen servieren.

Simon Tress am 23. Januar 2017

Sauerkraut-Suppe mit Gewürzbauch vom Iberico-Schwein

Für 4 Personen

Für den Gewürzbauch:

600 g Schweinbauch (Iberico)	Salz	1 Knoblauchzehe
5 g Ingwer	1/2 TL Korianderkörner	1/2 TL Szechuanpfeffer
1 TL Kokosblütenzucker	1/4 Sternanis	2 EL Butterschmalz

Für die Sauerkrautsuppe:

1/2 Bund Blattpetersilie	1/2 Bund Estragon	100 g Butter
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 EL Butterschmalz
400 g frisches Sauerkraut	500 ml Fleischbrühe	1 Prise Kümmel, gemahlen
1 Lorbeerblatt	50 ml Weißwein	Salz

Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Schwarte des Schweinbauchs über Kreuz ca. 5 mm tief einschneiden und salzen. Knoblauch und Ingwer schälen, würfeln und mit Korianderkörnern, Szechuanpfeffer, Kokosblütenzucker und Sternanis in einen Mörser geben und zu einer Paste zerreiben. Schweinebauch rundum - auch in den Zwischenräumen der Schwarte - mit der Gewürzpaste einreiben. Das Fleisch in einer Schmorpfanne (backofengeeignet) mit 2 EL Butterschmalz von allen Seiten anbraten, dann in den Backofen geben und ca. 45 Minuten durchgaren.

Für die Suppe Petersilie und Estragon abspülen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob schneiden. Dann die Kräuterblätter mit der Butter fein mixen. Die Kräuterbutter anschließend kalt stellen. Die Schalotte und Knoblauch schälen, Schalotte fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, das Sauerkraut zugeben und mit der Brühe aufgießen.

Kümmel, Lorbeerblatt und Knoblauch zugeben. Das Sauerkraut ca. 15 Minuten kochen, den Weißwein zugeben, einmal aufkochen. Lorbeerblatt und Knoblauch wieder entfernen und die Suppe fein pürieren. Dann mit der Kräuterbutter die Suppe montieren und abschmecken.

Den Schweinebauch in Scheiben aufschneiden.

Die Suppe anrichten, den Schweinebauch obenauf geben und servieren. (Wer eine Räucherglocke mit entsprechender Räucherpfeife besitzt, kann die Suppe vor dem Servieren noch mit dem Raucharoma aromatisieren.)

Tarik Rose am 30. Dezember 2015

Sauerkraut-Suppe mit Leberwurst-Wan Tans

Für vier Personen

1 Knoblauchzehe	1 Zwiebel	200 g mehliges Kartoffeln
50 g Butter	200 g Sauerkraut	600 ml Geflügelfond
200 g Sahne	1 Zweig Majoran	Salz, Pfeffer
200 g Leberwurst, am Stück	2 Schalotten	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
1 Zweig Majoran	1 Ei	2 EL Sahne
Salz, Pfeffer	Chili	2 EL Semmelbrösel
2 Wan Tan-Blätter	$\frac{1}{4}$ l Butterschmalz	Majoran
50 g durchw. Speck		

Knoblauch, Zwiebeln und Kartoffeln schälen und klein schneiden. Die Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und das Sauerkraut darin circa 3 Minuten anschwitzen. Kartoffeln zufügen und 1 bis 2 Minuten mitgaren. Mit Geflügelfond und Sahne aufgießen. Abgezupfte Majoranblätter zugeben und die Suppe bei mittlerer Hitze circa 25 Minuten zugedeckt kochen lassen. Dabei gelegentlich umrühren. In der Zwischenzeit für die Einlage die Haut der Leberwurst abziehen. Schalotten und Knoblauch schälen und klein würfeln. Majoranblättchen abzupfen und klein schneiden. Alles zusammen mit dem Eigelb, Sahne und Semmelbröseln zu einer glatten Masse verrühren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Chili abschmecken. Auf die Wan Tan-Blätter jeweils einen Teelöffel Leberwurstmasse geben, die Ränder mit Eigelb einstreichen und zu Dreiecken zusammenfalten. Ränder gut andrücken. Das Fett zum Frittieren in einem Topf erhitzen. Den Backofen auf 100 Grad vorheizen. Die Wan Tans im heißen Fett goldgelb ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und im heißen Ofen warm halten. Speck klein würfeln und in einer Pfanne ohne Fett knusprig braten. Ein Viertel des Sauerkrauts aus der Suppe schöpfen und kurz beiseite stellen. Suppe mit dem Mixstab fein pürieren, durch ein Sieb passieren und mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken. Sauerkraut wieder zugeben. Majoran waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Suppe erwärmen und in tiefen Teller verteilen. Je drei Wan Tans und den ausgebratenen Speck darauf geben. Mit Majoranblättchen garniert servieren.

Johann Lafer am 16. März 2013

Scharfe Bohnen-Suppe mit Bratwurst

Für vier Portionen

2 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe	1 kleine Dose weiße Bohnen
1 kleine Dose rote Bohnen	3 EL Olivenöl	2 EL Tomatenmark
1 TL Paprikapulver rosenscharf	800 ml Gemüsebrühe	Salz
Pfeffer	1 Salsiccia piccante	2 frische Bratwürste
1 EL Olivenöl	1 Bund Petersilie	Olivenöl
4 Scheiben Bauernbrot		

Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein würfeln. Bohnen in einem Sieb abbrausen und abtropfen lassen. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen. Tomatenmark und Paprikapulver zugeben, kurz anrösten und mit der Brühe ablöschen. Alles gut verrühren. Bohnen zugeben und die Suppe mit Salz und Pfeffer würzen. 10 Minuten bei milder Hitze ziehen lassen.

Salami würfeln. Bratwurstbrät in kleinen Portionen aus dem Wurst darm drücken.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Bratwurstbällchen und Salami darin abraten. Bei mittlerer Hitze drei bis vier Minuten braten lassen. Petersilie abbrausen, trockenschütteln und grob hacken. Zur angebratenen Wurst in die Pfanne geben und mit frisch gemahlenem Pfeffer würzen. Die Bohnensuppe in tiefe Teller schöpfen. Angebratene Wurst mit dem Bratfett zur Suppe geben.

Mit etwas Olivenöl beträufeln und mit Petersilie garnieren. Dazu dunkles Bauernbrot servieren.

Horst Lichter am 30. Mai 2015

Schaumsuppe von geschmorten Ochsenherz-Tomaten

Für 4 Personen

Für die Suppe:

4 Ochsenherztomaten	2 kleine Zwiebeln	2 Knoblauchzehen
Olivenöl	2 EL Tomatenmark	6 cl weißer Balsamico
2 Zweige Thymian	2 Stiele Basilikumzweig	1 Chilischote
600 ml Gemüsefond	Salz	Zucker

Für die Sahne:

2 Stiele Basilikum	75 g Sahne	1 Msp. Bio-Orangenschale
Salz	Pfeffer	Piment-d'Espelette

Für die Tomaten:

5 kleine Strauchtomaten	5 gelbe Strauchtomaten	1 Ochsenherztomate
Olivenöl	2 Zweige Thymian	Bio-Orangenschale
1 Prise Zucker	Salz	Pfeffer
Piment-d'Espelette	1/2 Bund Basilikum	

Für die Suppe Tomaten waschen, trocken reiben und halbieren.

Eine Grillpfanne stark erhitzen. Die Tomatenstücke auf den Schnittflächen darin kräftig anrösten, sodass ein schönes Grillaroma entsteht.

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln.

Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin andünsten. Tomatenmark einrühren. Mit Balsamico ablöschen und einkochen.

Thymian und Basilikum abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Chili putzen, entkernen und würfeln.

Geschmorte Ochsenherztomaten, Chili und Kräuter unter die Balsamico-Reduktion mischen. Mit dem Geflügelfond auffüllen und einmal aufkochen lassen.

Die Zutaten im Fond fein mixen, durch ein feines Sieb passieren und abschmecken.

Für die aromatisierte Sahne Basilikum abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Sahne steif schlagen, mit Orangenschale, Basilikum, Salz, Pfeffer und Piment d'Espelette abschmecken. Kühl stellen.

Für die geschmorten Tomaten Strauch- und Ochsenherztomaten in kochendem Wasser kurz blanchieren, abziehen. Ochsenherztomate in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden.

Olivenöl, Thymian, Orangenschale und Zucker in einem Topf erhitzen. Ganze Strauchtomaten und Tomatenscheiben zugeben und alles kurz anschmoren. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Piment d'Espelette abschmecken.

Basilikum abbrausen, fein schneiden und untermischen.

Tomatencremesuppe aufschäumen und in vorgewärmte tiefe Teller verteilen. Mit Schmortomaten und Aroma-Sahne anrichten.

Jörg Sackmann am 22. August 2017

Schnelle Hochzeit-Suppe mit Farfalle

Für zwei Personen

Für die Essenz:

Karkasse, Abschnitte vom Perlhuhn 1 Karotte $\frac{1}{2}$ Stange Lauche
 $\frac{1}{2}$ Staudensellerie 1 große Zwiebel 2 Lorbeerblätter
10 Wacholderbeeren Salz

Für die Einlage:

1 Karotte $\frac{1}{2}$ Stange Lauch

Für die Nudeln:

200 g Mehl, Type 00 2 Eier $\frac{1}{2}$ TL Olivenöl
1 Prise feines Salz

Für die Essenz:

Die Karkasse des Huhnes mit einem Beil grob zerteilen und mit den Abschnitten in einem Topf mit etwa 1 $\frac{1}{2}$ Litern Wasser bedecken. Die Suppe auf höchster Stufe zum Kochen bringen.

Die Karotte schälen, von den Enden befreien und grob hacken. Den Lauch vom Ansatz und der äußeren Schale befreien, putzen und in grobe Ringe schneiden. Staudensellerie waschen, trocknen, vom Ansatz schneiden und grob zerteilen.

Karotten und Lauch mit Lorbeerblättern und Wacholderbeeren zum Suppenansatz geben und kräftig aufkochen.

Die Zwiebel abziehen und mittig halbieren. In einer Pfanne ohne Öl die beiden Hälften kräftig auf der Schnittfläche etwa 5 Minuten schwarz anbraten.

Die Zwiebelhälften zum Suppensatz geben und mitkochen.

Die Suppe kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Nelsons Profi-Tipp: Lassen Sie der Suppe ruhig etwas Zeit und kochen Sie diese sanft auf mittlerer Hitze für etwa 1 Stunde. So entfaltet sich der Geschmack des Huhnes und des Suppengrüns besser. Außerdem verhindern Sie so eine Trübfärbung der Hühnersuppe.

Für die Einlage:

Die Karotte schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den Lauch vom Ansatz und der äußeren Schale befreien und in feine Ringe schneiden. Die Karotten etwa 4 Minuten, den Lauch ca. 2 Minuten in einem Topf mit kochendem Wasser garen.

Für die Nudeln:

Das Mehl mit den Eieren, Salz und Olivenöl zu einem kompakten Teig verkneten und in Frischhaltefolie gewickelt etwa 10 Minuten im Kühlschrank aufbewahren.

Den Teig mit einer Nudelmaschine verarbeiten und zu zwei Bahnen auswallen. Mit einem runden Ausstecher einige Kreise ausstechen, an zwei gegenüberliegenden Stellen die Rundung wegschneiden und die Nudeln in der Mitte zu Farfalle zusammendrücken.

Die Nudeln in einem Topf mit gesalzenem Wasser ca. 3 Minuten al dente garen.

Tipp: Stechen Sie die Farfalle mit einem gezackten Ausstecher aus, um ein besseres Riffelmuster an den Seiten zu kreieren.

Die Nudeln mit der Suppeneinlage in einem tiefen Teller anrichten, die Suppe aufgießen und servieren.

Nelson Müller am 08. September 2017

Schtschi - russische Weißkohl-Suppe

Für 4 Personen

500 g mageres Rindfleisch	2 Möhren	1 Weißkohl
1 l Salzwasser	2 Zwiebeln	3 Lorbeerblätter
Salz, Pfeffer	3 EL Speiseöl	0,5 Bund Petersilie
0,5 Knollen Sellerie	1 Stange Porree	Muskatnuss
150 g Schmand		

Das Rindfleisch abwaschen und in kochendem Salzwasser ca. 60 Minuten simmern lassen.
Zwiebeln abziehen und kleinwürfeln.

Vom Weißkohl die äußeren Blätter entfernen, vierteln, den Strunk herausschneiden, in feine Streifen schneiden und waschen.

Möhren waschen, putzen, schälen, halbieren und in Scheiben schneiden.

Porree waschen, putzen, längs einschneiden und in Scheiben schneiden.

Sellerie waschen, putzen, schälen und in kleine Würfel schneiden.

Petersilie abspülen, trocken tupfen und die Blättchen fein hacken.

In einem großen Topf Öl erhitzen und die Zwiebeln andünsten. Weißkohlstreifen, Möhrenscheiben, Porreescheiben und Selleriewürfel hinzufügen und kurz mitdünsten. Mit 250 ml der Rinderbrühe aufgießen, Lorbeerblätter dazugeben und im geschlossenen Topf bei mittlerer Hitze 35 Minuten garen lassen.

Das Rindfleisch aufschneiden, mit der restlichen Brühe in die Suppe geben, Petersilie unterrühren. Mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen und mit Schmand servieren.

NN am 10. März 2015

Schwarzwurzel-Schaumsuppe mit gebratenem Zander-Filet

Für 4 Personen

Für die Suppe:

1/2 l Milch	2 EL Zitronensaft	2 Schalotten
1,5 kg Schwarzwurzeln	50 g Butter	weißer Pfeffer
100 ml Weißwein	Saft von 1/2 Limette	1 l Geflügelfond
400 g Sahne		

Für den Zander:

4 Zanderfilets (á 50 g)	4 EL Olivenöl	Pfeffer, Mehl
50 g Butter	3 Stiele Thymian	1 Knoblauchzehe
Meersalz	2-3 Stiele Kerbel	

Für die Schwarzwurzelcremesuppe:

Etwa 2 l Salzwasser mit Milch und Zitronensaft in einer Schüssel mischen. Schalotten schälen und fein würfeln. Die Schwarzwurzeln schälen, klein schneiden und sofort in die Salzwasser-Milch-Mischung geben. Schalottenwürfel in heißer Butter glasig anschwitzen. Die abgetropften Schwarzwurzeln zugeben, mit Salz sowie Pfeffer würzen, kurz mit anschwitzen, mit Weißwein und Limettensaft ablöschen und auf die Hälfte einkochen lassen. Geflügelfond zugeben, nochmals auf die Hälfte einkochen lassen und dann die Sahne zugeben. Sobald die Schwarzwurzeln weich sind, die Suppe pürieren, passieren und eventuell nachwürzen.

Für den gebratenen Zander:

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, den Fisch mit Salz und Pfeffer würzen, leicht mehlieren und auf der Hautseite bei mittlerer Hitze fast gar braten. Kurz vor Schluss Butter, eine zerdrückte Knoblauchzehe und Thymian dazugeben und den Zander fertig braten. Die Schwarzwurzelcremesuppe in tiefe Teller verteilen, jeweils ein gebratenes Zanderfilet als Einlage zugeben und mit Kerbel garnieren.

Frank Buchholz am 02. Dezember 2013

Schwarzwurzel-Suppe mit geräucherter Gänse-Brust

Für zwei Personen

Für die Schwarzwurzelsuppe:

350 g Schwarzwurzeln	400 ml Gemüsefond	100 ml Schlagsahne
2 EL kalte Butter	Frische Muskatnuss	Mildes Chilisalz

Für die Garnitur:

6 Scheiben geräucherte Gänsebrust	2 TL grob gehackte Walnüsse
-----------------------------------	-----------------------------

Für die Suppe Schwarzwurzeln unter fließendem Wasser gründlich abbürsten, schälen und schräg in etwa einen halben Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Ein Viertel der Schwarzwurzelscheiben beiseite stellen. Schwarzwurzeln mit Gemüsefond in einen Topf geben und knapp unter dem Siedepunkt etwa 20 Minuten weich ziehen lassen. Sahne und Butter dazugeben und Suppe fein pürieren. Mit Chilisalz und Muskatnuss abschmecken.

Beiseite gelegte Schwarzwurzelscheiben in die Suppe geben. Suppe auf vorgewärmte tiefe Teller verteilen, drei dünne Gänsebrustscheiben einlegen und mit Walnüssen bestreuen.

Tipp:

Geschälte Schwarzwurzeln oxidieren schnell und verfärben sich bräunlich. Wenn die Schwarzwurzeln nicht sofort weiterverarbeitet werden, sollten Sie sie deshalb in kaltes Essigwasser legen – so behalten sie ihre Farbe. Dadurch verlängert sich die Garzeit danach jedoch um 10 bis 20 Minuten, je nachdem, wie lange die Schwarzwurzeln im Essigwasser gelegen haben.

Alfons Schuhbeck am 23. Dezember 2015

Sellerie-Schaum-Suppe mit Petersilien-Butter

Für vier Portionen

Für die Sellerieschaumsuppe:

250 g Sellerie	1 Zwiebel	30 g Butter
100 ml Weißwein	500 ml Gemüsefond	200 ml Sahne (laktosefrei)
$\frac{1}{2}$ Zitrone	Cayennepfeffer	Salz

Für die Petersilienbutter:

1 Bund Petersilie	50 g Butter	50 g Mehl
200 ml Pflanzenöl	100 g Sellerie	

Sellerie schälen und grob würfeln. Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Butter in einem Topf erhitzen, Sellerie und Zwiebeln darin anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und zwei bis drei Minuten einkochen lassen. Gemüsefond und Sahne angießen und die Suppe offen 15 bis 20 Minuten kochen lassen. Suppe mit einem Pürierstab fein mixen und mit Salz, Cayennepfeffer und Zitronensaft kräftig abschmecken. Petersilie abbrausen, trocken schütteln und die Blätter fein hacken. Zusammen mit der Butter mischen und kalt stellen. Restlichen Sellerie in sehr feine Streifen hobeln (z. B. mit einer Mandoline). Selleriestreifen salzen, etwas kneten und zehn Minuten stehen lassen. Selleriestreifen auf Küchenpapier gut abtropfen und in Mehl wenden. Überschüssiges Mehl in einem Sieb gut abklopfen. Selleriestreifen im heißen Fett goldbraun und knusprig backen, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Suppe mit der Petersilienbutter schaumig aufmixen und in Suppentassen oder -tellern anrichten und mit dem Selleriestroh bestreuen.

Horst Lichter am 26. Oktober 2013

Sellerie-Suppe mit Kardamom-Schaum und Lardo-Crostini

Für vier Portionen

Für die Selleriesuppe:

200 g Knollensellerie	100 g mehlig Kartoffeln	2 Schalotten
2 EL Rapsöl	600 ml Gemüsefond	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
Salz, Pfeffer		

Für den Kardamomschaum:

2 Schalotten	4 Kardamomkapseln	20 g Butter
50 ml Weißwein	200 ml Gemüsefond	100 ml Sahne (30%)
50 g kalte Butter		

Für die Lardo-Crostini:

10 Scheiben Lardo-Speck	$\frac{1}{2}$ Baguette
-------------------------	------------------------

Den Sellerie und die Kartoffeln schälen, waschen und in grobe Würfel schneiden. Schalotten schälen und klein würfeln. Rapsöl in einem Topf erhitzen, Schalotten darin andünsten. Kartoffel- und Selleriewürfel zufügen und 3 Minuten andünsten. Mit dem Gemüsefond ablöschen. Die Suppe einmal aufkochen, dann das Gemüse bei geschlossenem Deckel 15 bis 20 Minuten bei milder Hitze garen. Petersilie abbrausen und trocken schütteln. Die Blätter von den Stielen zupfen und in die Suppe geben. Mit einem Pürierstab fein pürieren und durch ein feines Sieb gießen. Dann mit Hilfe einer Suppenkelle durch das Sieb streichen. Nochmals aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für den Schaum die Schalotten schälen und fein würfeln. Kardamom in einem Mörser zerstoßen und mit den Schalotten in einem Topf in der zerlassenen Butter anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen, Brühe und Sahne aufgießen, leicht salzen und pfeffern. Etwa fünf Minuten einkochen lassen. Den Sud durch ein Sieb in einen schmalen, hohen Topf gießen und die kalte Butter untermixen. Für die Crostini das Baguette in Scheiben schneiden und im Ofen bei 180 Grad rösten. Die Lardoscheiben auf das warme Brot legen und schmelzen lassen. Die Selleriesuppe in Gläser füllen, den Schaum darauf geben und mit je zwei Crostini servieren.

Johann Lafer am 13. April 2013

Spanische Kartoffel-Suppe mit Chorizo-Wurst

Für 4 Portionen

1 Schuss Olivenöl	2 Zwiebeln	1 kg Kartoffeln
3 Chorizo-Würste	2 Knoblauchzehen	100 ml Weißwein
2 Stangen Lauch	2 Lorbeerblätter	1 kl. Hand voll Petersilie
2 Zweige Rosmarin	1 kl. Stück Butter	Muskat, Salz, Pfeffer, Zucker
750 ml Gemüsebrühe	1 kl. Hand voll Basilikum	

Olivenöl in einen Topf geben und erhitzen. Knoblauch und Zwiebeln und Lauch hacken und hinzugeben. Mit einer Prise Muskat, Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Die Chorizo-Wurst klein schneiden, Kartoffeln würfeln und alles hinzugeben. Mit Weißwein und Gemüsebrühe ablöschen. Mit Basilikum und Petersilie köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind. Am Ende im Teller anrichten und mit einem Klecks Sahne servieren.

Frank Rosin am 10. Februar 2015

Spargel-Karotten-Suppe mit Morcheln und Koriander-Pesto

Für zwei Personen

Für die Suppe:

3 Stangen weißen Spargel	4 Stangen grünen Spargel	2 Karotten
4 Morcheln	1 Zehe Knoblauch	1 cm Ingwer
500 ml Gemüsefond	milde Chiliflocken	Sherry

Für die Koriander-Pesto:

25 g Petersilie	25 g Spinat	10 g Koriander
1 Zitrone (Schale und Saft)	2 TL Mandelblättchen	$\frac{1}{2}$ Zehe Knoblauch
1 Msp. Ingwer	30 ml Olivenöl	90 ml neutrales Pflanzenöl
mildes Chilisalز	Salz	

Für die Suppe:

Den grünen Spargel im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden entfernen. Weißen Spargel schälen und holzige Enden entfernen.

Spargelstangen sehr schräg in lange Scheiben von ca. 0,5 cm schneiden.

Karotte schälen, von den Enden befreien und schräg in 3 bis 4 mm dicke Scheiben schneiden.

Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden. Morcheln putzen, das untere Ende abschneiden und halbieren.

Gemüsefond in einem Topf erhitzen. Spargelstücke zugeben und bei mittlerer Hitze simmen und nicht kochen lassen. Karotten hinzugeben. Backpapier in der Größe des Topfes zuschneiden und das Gemüse damit abdecken. Für 3 Minuten simmen lassen und den Topf vom Herd nehmen. Knoblauch, Ingwer, Morcheln in den Topf geben und garziehen lassen. Mit Chiliflocken und Sherry abschmecken.

Für die Koriander-Pesto:

Die Petersilien-, Spinat- und Korianderblätter abbrausen und trockenwedeln. Salzwasser in einem Topf erhitzen. Petersilie und Spinat 1 Minute blanchieren. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Mit den Händen gut ausdrücken und mit den Korianderblättern vermengen. Petersilie, Spinat und Koriander grob zerkleinern.

Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten. Knoblauch abziehen und halbieren. Ingwer schälen. Zitronenschale von der Frucht reiben, halbieren, auspressen und Saft auffangen.

Petersilie, Spinat und Koriander mit Mandeln, Knoblauch, Ingwer, 1 EL Zitronensaft, neutrales Pflanzenöl und Olivenöl in einen Multizerkleinerer geben. Mit Chilisalز und 1 Msp. Zitronenschale zu einer cremigen Paste mixen.

Die Spargel-Karotten-Suppe mit Morcheln in tiefe Teller geben, mit 1 EL Koriander-Pesto garnieren und servieren.

Alfons Schuhbeck am 02. Juni 2017

Spargel-Schaumsuppe mit gebackenen Garnelen-Bällchen

Für vier Portionen

Für die Spargelschaumsuppe:

1 Bund weißer Spargel	2 Schalotten	1/2 Bund Kerbel
1/2 Zitrone	30 g Butter	30 g Sahne
Salz, Pfeffer	Muskatnuss, Zucker	

Für die Garnelenbällchen:

10 Riesen-Garnelen	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
1 TL Speisestärke	1 Eiweiß	1 Zweig Rosmarin
1/2 Zitrone	2 Eier	20 g Sahne
50 g Mehl	100 g Pankobrösel	Butterschmalz

Spargel schälen, die Spitzen abschneiden, den Rest klein schneiden. Schalotten schälen und klein würfeln. Spargelschalen mit den Kerbelstielen und zwei Zitronenscheiben in einen Topf geben, mit Wasser bedecken und einmal aufkochen. Mit Salz und Zucker würzen. 15 Minuten ziehen lassen. Den Spargelsud abseihen und in einen Topf zurückgeben. Spargelspitzen in den Spargelsud bissfest garen und herausheben. Anschließend die restlichen Spargelstücke zugeben und darin weich garen. Suppe in einem Glasmixer fein pürieren. Die Suppe in den Topf zurück geben, nochmals mit Salz, Zucker, Zitronensaft und Muskatnuss abschmecken. Sahne steif schlagen und kurz vor dem Servieren unter die Suppe rühren. Garnelen putzen, Darm entfernen und abspülen. Garnelen klein hacken. Schalotten und Knoblauch schälen und klein würfeln. Garnelen, Schalotten und Knoblauch in einer Schüssel mit Speisestärke, Eiweiß und gehacktem Rosmarin mischen. Mit fein abgeriebener Zitronenschale, Salz und Pfeffer würzen. Die Masse mit einem Eisportionierer zu Bällchen formen. Eier mit der Sahne verquirlen. Bällchen in Mehl wenden, in den verquirlten Eiern wälzen. Zuletzt in den Pankobröseln panieren. Butterschmalz erhitzen und die Bällchen darin ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Johann Lafer am 29. Juni 2013

Spinat-Suppe mit Schafskäse-Börek

Für 4 Personen

300 g Mehl	200 ml Wasser	Salz
500 g Spinat	2 Zwiebeln	2 EL Butterschmalz
1/2 Knoblauchzehe	1 TL Fenchelsamen	200 g Schafkäse
2 EL Olivenöl	1 EL Butter	1 EL Mehl
1 l Geflügelbrühe	1 Prise Muskat	1 Prise Muskatblüte

Mehl, Wasser und 1 Prise Salz zu einem glatten Teig verkneten und ca. 30 Minuten ruhen lassen. Den Backofen auf 220 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Den Spinat putzen, waschen und abtropfen lassen. Die Zwiebeln schälen und würfeln, die Hälfte davon in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Die Knoblauchzehe schälen, fein schneiden und mit anschwitzen. Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Die restlichen Zwiebeln in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen, Fenchelsamen mörsern und mit zerbröseltem Schafskäse zugeben. Einmal kurz durchschwenken, dann die Pfanne vom Herd ziehen.

Den Teig dünn ausrollen, vier Rechtecke von ca. 20x 10 cm ausschneiden, Käsemasse darauf geben und zu langen dünnen Stangen rollen. Die Stangen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben, mit Olivenöl bestreichen und im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten goldbraun backen.

In einem Topf Butter schmelzen lassen, Mehl zugeben und verrühren, mit Brühe auffüllen, unter Rühren mit dem Schneebesen aufkochen und ein paar Minuten köcheln lassen, mit Salz, Muskat und Muskatblüte abschmecken. Dann den Spinat zugeben und glatt pürieren, nochmals abschmecken. Die Suppe anrichten und mit den Schafskäsestangen servieren.

Jacqueline Amirfallah am 13. Mai 2015

Steckrüben-Eintopf mit Tafelspitz

Für 4 Personen

Für den Tafelspitz:

3 Zwiebeln	200 g Karotten	100 g Sellerie
100 g Lauch	2 Stängel Petersilie	1 Lorbeerblatt
1 kg Tafelspitz	Salz	1/2 TL Pfefferkörner

Für den Steckrübeneintopf:

2 Zwiebeln	400 g Steckrüben	100 g Karotte
100 g Kartoffel	100 g Knollensellerie	2 EL Pflanzenöl
ca. 1 EL Zucker	1-2 Spritzer weißer Balsamico	Salz, Pfeffer
1/2 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Kerbel	

Für den Tafelspitz Zwiebeln schälen und grob würfeln. Karotten, Sellerie und Lauch putzen bzw. schälen, waschen und grob würfeln. Petersilie abspülen, trocken schütteln. Den Tafelspitz sauber parieren und mit Zwiebeln, Gemüsewürfeln, Lorbeerblatt und Petersilienstängel in einen Topf geben. Mit Wasser bedecken, salzen und Pfefferkörner zugeben und alles aufkochen. Dann ca. 2 Stunden köcheln lassen, bis das Fleisch gar und weich ist. Anschließend in der Brühe auskühlen lassen (am besten 1 Tag vorher kochen), das Fleisch herausnehmen und die Brühe durch ein Sieb gießen. Für den Steckrübeneintopf die Zwiebeln schälen und in 1,5 cm große Würfel schneiden. Steckrüben, Karotte, Kartoffel und Sellerie schälen, waschen und in 1,5 cm große Würfel schneiden. Zwiebelwürfel in einem Topf mit etwas Öl ohne Farbe anschwitzen. Steckrüben-, Möhren- und Selleriewürfel zugeben und weiter anschwitzen. Etwas Zucker darüber streuen und leicht karamellisieren lassen. Mit Balsamico ablöschen, 2 l Tafelspitzbrühe und Kartoffelwürfel zugeben und ca. 30 Minuten kochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. In der Zwischenzeit Petersilie und Kerbel abspülen, trocken schütteln und die Blättchen fein schneiden. Den Tafelspitz in Scheiben schneiden und in dem Steckrübeneintopf heiß werden lassen. Den Steckrübeneintopf in tiefe Teller verteilen, das Fleisch aufteilen und mit den Kräutern bestreut servieren.

Frank Buchholz am 12. Januar 2015

Steckrüben-Schaum-Süppchen mit Enten-Wan-Tan

Für vier Portionen

Für das Schaumsüppchen:

1 Steckrübenknolle, ca. 350 g	2 Schalotten	2 Knoblauchzehen
1 Chilischote	50 g frischer Ingwer	2 EL Rapsöl
500 ml Geflügelfond	200 ml Schlagsahne	1 TL fruchtiges Curry
Salz, Chili		

Für die Wan Tan:

1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	20 g frischer Ingwer
1 kleine rote Chilischote	100 g geräucherte Entenbrust	100 g gewolfte Entenfleisch
1 TL süßer Senf	1 Eigelb	4 Blätter Wan-Tan-Teig
Salz, Pfeffer	Pflanzenfett	4 Zweige Kerbel

Für das Schaumsüppchen die Steckrübe schälen und in grobe Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen und klein würfeln. Die Chilischote der Länge nach halbieren, das Kerngehäuse entfernen und die Schote ebenso fein würfeln. Den Ingwer schälen und würfeln. Nun das Rapsöl in einem Topf erhitzen. Die Schalotten und den Knoblauch zugeben und darin andünsten. Danach Steckrübenwürfel, Chili und Ingwer zufügen und für circa drei Minuten andünsten. Den Suppenansatz mit Fond ablöschen und mit der Sahne aufgießen. Die Suppe nun mit geschlossenem Deckel 15 bis 20 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Wenn die Steckrübe weich ist, alles mit einem Stabmixer fein pürieren und die Suppe durch ein feines Sieb in einen anderen Topf gießen. Zum Schluss die Suppe mithilfe eines Stabmixers aufschäumen und mit feinem Salz, Chili und fruchtigem Curry verfeinern. Für die Wan-Tan-Füllung Schalotte, Knoblauch und Ingwer schälen und fein würfeln. Die Chilischote der Länge nach halbieren, entkernen und ebenso würfeln. Die geräucherte Entenbrust in Würfel schneiden. Das gewolfte Entenfleisch sowie die geräucherte Brust mit den Schalotten-, Knoblauch-, Chili- und Ingwerwürfeln, sowie dem Senf in eine Schüssel geben, gut vermengen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Hiernach die Füllung mittig auf den Wan-Tan-Teig legen. Die Ränder mit Eigelb einpinseln und die Randspitzen zusammen führen. Dann die Spitzen andrücken. Kurz vor dem Servieren die Wan-Tan-Taschen kurz knusprig im erhitzten Pflanzenfett ausbacken und auf Küchenpapier zum Abtropfen legen. Die Teigtaschen zur aufgeschäumten Suppe geben und mit Kerbel vollenden.

Johann Lafer am 08. Februar 2014

Steckrüben-Suppe mit Räucherfisch-Blutwurst-Krapfen

Für 4 Personen

Für die Suppe:

400 g gelbe Steckrüben	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl	1 EL Butter	30 g durchwachsener Speck
300 ml Gemüsebrühe	1/2 Zitrone	250 g Sahne
Salz, Pfeffer	1/2 Bund glatte Petersilie	

Für die Krapfen:

100 g Räucherfischfilet	50 g Sahne	1 Eiweiß
50 g Blutwurst	1-2 TL Meerrettich, frisch	Salz, Pfeffer
ca. 500 g Frittierfett	30 g Semmelbrösel	

Für die Suppe die Steckrüben putzen, schälen und in Würfel schneiden. Die Zwiebel und Knoblauchzehe schälen, fein würfeln und in einem Topf mit Olivenöl und Butter anschwitzen. Speck fein würfeln und zugeben. Die Steckrübenwürfel ebenfalls zugeben, kurz anschwitzen, dann die Gemüsebrühe angießen und die Steckrübenwürfel weich kochen (ca. 25 Minuten). Von der Zitrone den Saft auspressen und zugeben. Ebenfalls die Sahne zugeben und kurz aufkochen. Mit einem Pürierstab die Suppe fein pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Krapfen das Räucherfischfilet in kleine Stücke schneiden oder zupfen. Mit Sahne und Eiweiß in einen Cutter geben und zu einer Farce pürieren. Die Blutwurst in feine Würfel schneiden und vorsichtig unter die Fischfarce mischen, diese mit frischem Meerrettich, Salz und Pfeffer abschmecken.

In einem Topf oder einer Fritteuse Frittierfett auf ca. 180 Grad erhitzen.

Mit einem Esslöffel etwa pflaumengroße Krapfen aus der Fischfarce ausstechen, diese vorsichtig in Semmelbröseln wenden und goldgelb im heißen Frittierfett ausbacken, auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Direkt vor dem Servieren die Suppe nochmal schaumig mit dem Pürierstab aufmixen, in Suppenteller geben, die Krapfen darauf geben. Nach Belieben mit gehackter Blattpetersilie bestreuen und servieren.

Otto Koch am 03. September 2015

Suppe vom Waldorf-Salat mit lackiertem Lachs

Für 4 Personen

Für die Suppe:

3 Schalotten	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	1 EL Butter
250 g Knollensellerie	1 Apfel (Boskop)	80 ml Weißwein
80 ml Wermut	400 ml Geflügelbrühe	200 ml Milch
Meersalz, weißer Pfeffer	2 EL Walnüsse	1 EL Zucker

Für das Apfel-Sellerie-Confit:

1 Apfel (Boskoop)	100 g Knollensellerie	250 ml Portwein
mildes Curry	Piment-d'Espelette	geröstete Senfsaat
Meersalz	2 EL Walnussöl	

Für den Lachs:

300 g Lachsfilet mit Haut	1 EL Rapsöl	2 EL Sojasauce
2 EL Ketjap Manis	2 EL Honig	$\frac{1}{2}$ TL tasmanischer Pfeffer

Für die Suppe:

Schalotten und Knoblauch schälen, fein würfeln und in der Butter glasig andünsten. Vom Sellerie die feinen grünen Blättchen abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Apfel und Knollensellerie schälen, würfeln und mit andünsten. Mit dem Weißwein und Wermut ablöschen und einkochen lassen. Mit der Brühe auffüllen und das Gemüse weich garen. Anschließend Milch zugeben, einmal aufkochen. Dann alles fein pürieren und durch ein feines Sieb passieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Confit:

Apfel und Knollensellerie schälen und sehr fein würfeln. Den Portwein um zwei Drittel einkochen, Apfel- und Selleriewürfel zugeben und solange weiter einkochen, bis keine Flüssigkeit mehr vorhanden ist. Mit Curry, Piment d'Espelette, Senfsaat, Meersalz und Nussöl abschmecken.

Für den Lachs:

Lachsfilet in 4 Stücke teilen. Die Lachsfilets nur mit der Hautseite in wenig Rapsöl in einer Pfanne kross anbraten. Sojasauce mit Ketjap Manis, dem Honig und dem Pfeffer zum Sirup einkochen. Lachs aus der Pfanne nehmen. Mit dem Lack einpinseln. Die Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett anrösten, Zucker darüber streuen, karamellisieren und hacken. Mit zwei Kaffeelöffeln in jeden Suppenteller drei Nocken Confit sternförmig anrichten. Den lackierten Lachs in die Mitte setzen und mit den Nüssen und dem gehackten Selleriegrün garnieren. Die Suppe aufmixen und am Tisch angießen.

Michael Kempf 15. Februar 2013

Suppe von dicken Bohnen und Speck

Für 4 Personen

200 g weiße dicke Bohnenkerne	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl	1 l Gemüsebrühe	2 Scheiben Bauchspeck, (1 cm)
2 Karotten	1 Petersilienwurzel	2 Stangen Staudensellerie
1/2 Peperoni	1/2 Bund Blattpetersilie	1 EL Majoran, gerebelt
Meersalz, Pfeffer		

Die Bohnenkerne in ein Sieb geben und einmal kurz abbrausen, dann in eine Schüssel geben und mindestens fünfmal so viel Wasser angießen (die Bohnenkerne sollen reichlich mit Wasser bedeckt sein), über Nacht einweichen.

Schalotten und Knoblauch schälen und fein schneiden. Schalotten und Knoblauch in einem Topf mit Olivenöl anschwitzen. Mit der Brühe auffüllen und die Speckscheiben hineinlegen.

Die eingeweichten Bohnen (mit dem restlichen Einweichwasser) dazugeben und zugedeckt die Bohnen weich kochen (mindestens 1 Stunde). Die Bohnen muss man immer wieder mal probieren.

In der Zwischenzeit Karotten und Petersilienwurzel schälen, waschen und fein würfeln.

Staudensellerie waschen und ebenfalls fein würfeln.

Peperoni halbieren, die Kerne austreichen und das Fruchtfleisch fein schneiden.

Wenn die Bohnen weich gekocht sind, Speck herausnehmen und die Gemüsewürfel mit Peperoni zugeben, nochmals alles ca. 10 Minuten kochen.

In der Zwischenzeit den Speck in feine Würfel schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Speck, Petersilie und Majoran in den Eintopf geben, mit Salz und Pfeffer würzen und servieren.

Sören Anders am 12. März 2015

Thaicurry-Suppe mit gebackenen Austern

Für vier Portionen

Für die Thaicurry-Suppe:

2 Schalotten	1 Knoblauchzehe	2 Stangen Zitronengras
1 rote Chilischote	15 g Ingwer	1 EL Erdnussöl
1 Msp. Kardamom	1 Msp. Kreuzkümmel	1 Msp. Currypaste
250 ml Kokosmilch	600 ml Gemüsefond	

Für die Austern:

12 Austern	100 g Weizenmehl	100 g Stärkemehl
1 Eiweiß	1 Prise Backpulver	1 Prise Salz
270 ml Eiswasser	Stärkemehl	Rapsöl
Koriander		

Für die Thaicurry-Suppe Schalotten und Knoblauch schälen und klein würfeln. Zitronengras mit den Messerrücken leicht anschlagen. Chili halbieren, entkernen und klein schneiden. Ingwer schälen, in Scheiben schneiden. Erdnussöl in einem Topf erhitzen, Schalotten, Knoblauch, Currypaste, Gewürze und Aromaten darin anrösten. Mit der Kokosmilch und dem Fond ablöschen. Mit Salz und Pfeffer würzen und aufkochen lassen. Bei milder Hitze 20 Minuten köcheln lassen. Anschließend die Austern mit einem Austernmesser aufbrechen, das Austernwasser in die Suppe geben, das Austernfleisch herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Aus Weizenmehl, Stärke, Eiweiß, Backpulver, Salz und Eiswasser einen glatten, dünnflüssigen Teig anrühren. Die Austern in Stärke wenden, durch den Tempurateig ziehen und im heißen Fett kurz ausbacken. Auf frischem Küchenkrepp abtropfen lassen und leicht salzen. Kokossud durch ein Sieb passieren, in den Topf zurückgeben, aufkochen. Die Thai-Currysuppe mit einem Pürierstab schaumig aufmixen und in tiefen Schalen anrichten. Austern auf Holzspieße stecken und über die Suppe legen. Mit frischem Koriandergrün garnieren.

Johann Lafer am 14. Februar 2015

Thailändischer Eintopf mit Hähnchen und Garnelen

Für 4 Personen

10 Garnelen, Kopf, Schale	2 Halme Zitronengras	1 Stück Galgantwurzel
ca. 200 ml Kokosfett	1 l Hühnerbrühe	1 Hähnchenbrustfilet
Fischsauce	10 Shiitakepilze	200 g Sahne
Salz	6 Kafirlimettenblätter	2 Bio-Limetten
10 Zuckerschoten	1/2 Bund Thaibasilikum	250 ml Kokosmilch
1 Spritzer Austernsauce		

Garnelen putzen, d.h. schälen, den Kopf abtrennen und den Darm entfernen. Die Köpfe und Schalen beiseite stellen, nicht wegwerfen.

Vom Zitronengras die äußeren harten Blätter entfernen. Zitronengras in grobe Stücke schneiden. Galgant schälen und ebenfalls grob schneiden.

In einem Topf 2 EL Kokosfett erhitzen und Garnelenköpfe und -schalen mit Galgant und Zitronengras darin anschwitzen. Etwa 2/3 der Hühnerbrühe angießen, aufkochen und 15 Minuten köcheln lassen.

Die Hähnchenbrust in einen Topf geben, mit der restlichen Hühnerbrühe bedecken, mit 1 Spritzer Fischsauce abschmecken und das Fleisch siedend gar ziehen lassen.

In der Zwischenzeit die Shiitakepilze putzen, in feine Scheiben schneiden und mit in den Topf zur Hähnchenbrust geben.

Garnelenfleisch grob zerschneiden. 250 g davon mit der Sahne zu einer Farce pürieren, mit Salz abschmecken. In einer Pfanne 1 EL Kokosfett erhitzen und die restlichen Garnelenstücke darin anbraten, leicht salzen.

Ein Kafirlimettenblatt fein hacken, mit Garnelenfarce und gebratenen Garnelenstücken in eine Schüssel geben und gut vermischen. Aus der Masse kleine Bällchen formen.

In einem Topf ca. 3 cm hoch Kokosfett erhitzen und die Bällchen darin frittieren, herausnehmen und abtropfen lassen.

Limetten heiß abspülen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen. Zuckerschoten abrausen und in feine Streifen schneiden. Thaibasilikum abrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.

Die Brühe mit den Garnelenschalen durch ein Sieb passieren und mit der Kokosmilch mischen, mit 1 Spritzer Fisch- und Austernsauce, Saft und Abrieb der Limetten abschmecken.

Die Hähnchenbrust und die Shiitakepilze aus der Brühe nehmen. Die Brühe zur Kokosmilchsuppe geben.

Hähnchenbrust fein schneiden und mit den Zuckerschotenstreifen in die Suppenschalen verteilen. Je 1 Kafirlimettenblatt und einige Blätter Thaibasilikum zugeben. Die Garnelenbällchen auf 4 Holzspieße stecken.

Suppe noch einmal aufkochen und in die Schalen gießen. Je einen Spieß Garnelenbällchen anlegen und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 18. Januar 2017

Tomaten-Basilikum-Suppe mit Forellen-Filets

Für vier Portionen

Für die Suppe:

1 kg Strauchtomaten	2 Zwiebeln	2 Stangen Staudensellerie
4 EL Olivenöl	100 ml Weißwein	200 ml Gemüsebrühe
1 Bund Basilikum	Salz, Pfeffer	

Für die Forelle:

4 Forellenfilets	2 EL Olivenöl	1 Zitrone
Salz, Pfeffer		

Tomaten und Sellerie waschen. Tomaten vierteln, vom Sellerie die Fäden ziehen und in Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und klein würfeln. Zwei Esslöffel Olivenöl in einem Bräter erhitzen und Tomaten, Zwiebeln und Sellerie darin anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Weißwein ablöschen. Gemüsebrühe angießen. Basilikum abbrausen, Blätter von den Stielen zupfen und beiseite stellen. Stiele mit in die Suppe geben. Alles bei geschlossenem Deckel 15 Minuten köcheln. Basilikum und restliches Olivenöl im Mörser mit einer Prise Salz und Pfeffer zu einer Paste zerreiben. Forellenfilets abbrausen, trocknen und mit der Fleischseite nach unten in eine Auflaufform legen. Zitrone in Scheiben schneiden und auf den Forellenfilets verteilen. Olivenöl darüber träufeln und im vorgeheizten Backofen bei 120 Grad (Ober-/Unterhitze) zehn Minuten garen. Die Suppe durch eine Flotte Lotte (Passiersieb) streichen und nochmals aufkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in tiefen Tellern anrichten. Die Forellenfilets sind gar, wenn sich die Haut leicht abziehen lässt. Gehäutete Filets leicht salzen und pfeffern und in die Suppe geben. Die Basilikumpaste darüber träufeln und servieren.

Horst Lichter am 30. August 2014

Tomaten-Suppe mit Basilikum und Quark-Nockerln

Für 4 Personen

Für die Tomatensuppe:

3 Schalotten	1 Knoblauchzehe	2 Bund Basilikum
6 frische Tomaten	600 g Dosen-Tomaten	6 EL Olivenöl
400 ml Geflügelbrühe	Salz, Pfeffer, Zucker	150 g Büffelmozzarella

Für die Quarknockerl:

4 EL Semmelbrösel	4 EL Milch	1 EL Mehl
100 g Quark	1 Eigelb	1 EL gehacktes Basilikum
Salz, Pfeffer		

Für die Tomatensuppe:

Die Schalotten schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und hacken. Von 2 Zweigen Basilikum die Blätter abzupfen und beiseite legen. Frische Tomaten in Würfel schneiden. Die Dosen-tomaten in einer Schüssel zerdrücken. 2 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln und den Knoblauch darin unter Rühren glasig anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die frischen Tomaten und Die Dosentomaten und alle Basilikumstiele dazu geben. Mit der Brühe auffüllen und aufkochen. Die Suppe bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten kochen, und die Suppe sehr fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den Mozzarella abtropfen lassen und in feine Würfel schneiden.

Für die Nockerl:

Die Semmelbrösel mit Milch, Mehl, Quark, Eigelb und 1 EL Basilikum verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Quarkmasse ca. 30 Minuten ruhen lassen. In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Aus der Quarkmasse mit einem Esslöffel Nockerln abstechen. Ins siedende Salzwasser geben und die Nockerl darin in etwa 10 Minuten ziehen lassen, bis die Nockerln an die Oberfläche steigen. Das Wasser sollte dabei nicht kochen. Die Suppe in eine Schüssel geben, Mozzarella, Nockerl und Basilikumblätter darüber verteilen und mit dem restlichen Olivenöl beträufeln.

Karlheinz Hauser am 12. August 2013

Tomaten-Suppe

Für 4 Portionen

1 Bund Röstgemüse	2 Zwiebeln	1 kg geschälte Dosen-Tomaten
25 g Tomatenmark	250 ml Geflügelfond	250 ml Wasser
1 Zweig Thymian	1 Becher Crème-fraiche	frische Kräuter
Zitronenabrieb	Salz, Pfeffer, Zucker	Basilikum
4 EL Weißwein		

Das Röstgemüse und Zwiebeln mit Zucker anschwitzen und anbraten, dann mit dem Tomatenmark vermengen. Anschließend mit Weißwein ablöschen, geschälte Tomaten und Geflügelfond hinzugeben. Alles salzen, pfeffern und eine Stunde mit einem Zweig Thymian einkochen bis das Gemüse weich ist. Anschließend durch ein feines Sieb passieren. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Basilikum abschmecken.

Die Crème fraiche mit frischen Kräutern und dem Zitronenabrieb vermengen. Die Suppe anschließend mit Crème fraiche auf einem Teller anrichten.

Tipp:

Ein paar Blätter Thymian abzupfen und in die Suppenschüssel streuen, dann erst mit Suppe aufgießen. Der Thymian entfaltet dann auf dem Weg zum Gast langsam sein Aroma.

Frank Rosin am 24. Juli 2014

Tomaten-Suppe

Für 4 Portionen

1 kg passierte Tomaten	1 kg geschälte Tomaten	1 Tube Tomatenmark
3 EL Olivenöl	2 Schalotten	1 Lauchzwiebeln
2 Stück asiat. Knoblauch	1 Prise Salz	1 Prise Pfeffer
1 Prise Zucker	350 ml Weißwein	1 Glas Hähnchenbrühe
2 Stangen Brot	1 Handvoll Basilikum	

Zutaten im Topf anbraten:

Die Schalotten, Lauchzwiebeln und den Knoblauch sehr klein gewürfelt im Öl anbraten. Sowohl passierte Tomaten, Tomatenmark als auch die Gewürze wie Salz, Pfeffer und eine Prise Zucker in den Topf hinzugeben.

Zutaten ablöschen:

Mit Deckel circa 10 Minuten köcheln lassen, anschließend mit Weißwein ablöschen und die geschälten Tomaten dazu geben.

Suppe köcheln lassen:

Als letzten Schritt die Hähnchenbrühe dazugeben und die Suppe mindestens 2 Stunden kochen lassen. Danach abschmecken, auf einen Teller geben, mit Basilikum verzieren und Brot dazu servieren.

Frank Rosin am 29. September 2014

Topinambur-Suppe mit Spinat-Pesto und Haselnuss

Für vier Personen

Für die Suppe:

900 g Topinambur	100 g Schalotten	100 g Lauch
2 Zehen Knoblauch	250 ml trockener Weißwein	300 ml Sahne
200 ml Milch	2 EL Sonnenblumenöl	40 g Butter
1 TL brauner Zucker	1 Prise Kümmel, gemahlen	Salz
Pfeffer	Zucker	weißer Balsamicoessig

Für das Pesto:

60 g Haselnusskerne	40 g Babyspinat	10 g Estragon
1 Zehe Knoblauch	1 gehackte grüne Chili	1 ungespritzte Zitrone
4 EL Haselnussöl	2 EL Extra Virgin Olivenöl	1 TL weißer Balsamicoessig
Salz	Zucker	Wasser

Für die Suppe:

Die Topinambur waschen und fein würfeln oder in feine Scheiben reiben (das verkürzt den Garungsprozess). Die Schalotten würfeln, den Lauch in feine Ringe und den Knoblauch in Scheiben schneiden. Diese in einem Topf mit der Topinambur und dem braunen Zucker in Sonnenblumenöl und Butter bei mittlerer Hitze anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und 5 Minuten köcheln lassen. Mit Sahne und Milch aufgießen und etwa 20 Minuten köcheln lassen bis die Topinambur weich ist. Das Ganze fein pürieren und bei Bedarf anschließend durch ein Spitzsieb passieren. Die Suppe mit den Gewürzen abschmecken. Wem die Suppe zu dick ist, kann noch etwas Weißwein oder Wasser dazugeben.

Für das Pesto:

Haselnüsse im Ofen oder in der Pfanne bei mittlerer Hitze rösten, abkühlen lassen und grob mörsern. 50 g Haselnuss, Spinat, Estragon, Knoblauch, Chili, 3 EL Haselnussöl, Olivenöl und Essig in einem Mixer zu einer Paste verarbeiten. Das Ganze mit Zitronensaft, Zitronenabrieb, Salz und Zucker abschmecken. Gegebenenfalls mit etwas Wasser verdünnen. Zum Anrichten die Suppe in warme Teller schöpfen, mit dem Pesto beträufeln und mit etwas zerstoßener Haselnuss und dem restlichen Haselnussöl garnieren

Pia-Engel Nixon am 17. Juni 2017

Weißer Zwiebel-Schaumsuppe mit gebratener Blutwurst

Für 4 Personen

400 g weiße Zwiebeln	2 EL Butter	200 ml Weißwein
2 EL Honig	800 ml Brühe	200 g Sahne
Salz, Pfeffer, Muskat	Piment d'Éspelette	Raz el Hanout
200 g Blutwurst		

Zwiebeln schälen und klein schneiden. Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebeln darin goldgelb andünsten. Honig untermischen. Mit Wein und Brühe ablöschen und die Zwiebeln weich kochen. Die Suppe mit einem Pürierstab pürieren und nach Belieben durch ein Sieb geben. Suppe in den Topf geben und erwärmen. Sahne unterrühren und mit Salz, Pfeffer, Muskat, Piment d'Éspelette und Raz el Hanout würzen. In der Zwischenzeit, die Blutwurst in ca. 8-12 Scheiben schneiden. Blutwurst in einer Pfanne ohne Fett von beiden Seiten kurz braten. Suppe mit einem Pürierstab etwas aufschäumen. Blutwurstscheiben in vorgewärmte Teller geben und mit dem Zwiebelschaum auffüllen. Sofort servieren.

Sören Anders 07. Januar 2013

Weißkohl-Möhren-Eintopf mit Kalb-Tafelspitz

Für 4 Personen

650 g Kalbstafelspitz	1 Stange Lauch	1 Zwiebel
2 schwarze Pfefferkörner	1 Lorbeerblatt	2 Sternanis
1 Prise Kreuzkümmel	1 Zweig Thymian	Meersalz
400 g kleine Kartoffeln, fest	600 g Weißkohl	300 g Möhren
1 Bund glatte Petersilie	weißer Pfeffer	

Das Fleisch abtupfen. Lauch putzen, waschen und klein schneiden. Zwiebel schälen und vierteln. In einem großen Topf 1 Liter Wasser, Lauch, Zwiebel, Pfefferkörner, Lorbeerblatt, Sternanis, Kreuzkümmel, Thymian und 1/2 TL Salz aufkochen. Das Fleisch zugeben und darin bei schwacher Hitze ca. 25 Minuten ziehen lassen. Dann das Fleisch aus dem Topf nehmen, zugedeckt warm stellen.

Kartoffeln schälen, wenn nötig halbieren und in der kochenden Brühe ca. 10 Minuten garen. In der Zwischenzeit Kohl putzen, die äußeren Blätter entfernen. Kohl waschen, halbieren, den Strunk entfernen, dann Kohl klein schneiden. Möhren abbürsten, evtl. schälen und in Scheiben schneiden.

Kohl und Möhren mit in die kochende Brühe geben und weitere ca. 10 Minuten garen.

Petersilie abbrausen, trocken schütteln, fein schneiden.

Fleisch in Scheiben schneiden und nochmals kurz im Eintopf erhitzen (die Brühe darf dann nicht mehr kochen). Brühe mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Eintopf in Suppentassen oder tiefen Tellern anrichten und mit Petersilie bestreut servieren.

Frank Buchholz am 29. Februar 2016

Wildkräuter-Suppe mit Spinat-Klößchen

Für 4 Personen

Für die Klößchen:

200 g Blattspinat	1 Schalotte	6 EL Butter
1 Brötchen vom Vortag 1 Ei	Salz, Pfeffer	Muskat

Für die Suppe:

3 Blätter Bärlauch	1 Hand voll Brunnenkresse	1 Hand voll Sauerampfer
1 Hand voll junge Löwenzahnblätter	1/2 Bund Schnittlauch	1 Schalotte
2 EL Butter	1l Geflügelbrühe	2 Eigelbe
150 g Sahne		

Spinat waschen und abtropfen lassen. Schalotte schälen und fein hacken.

In einer Pfanne 1 EL Butter erhitzen, Schalotte darin anschwitzen, Spinat zugeben und zusammenfallen lassen. Spinat aus der Pfanne nehmen, gut ausdrücken und fein hacken.

Für die Klößchen das Brötchen auf einer groben Reibe oder einem Cutter zu Bröseln reiben. Die restliche Butter schmelzen.

In einem Mixbecher die heiße Butter mit einem Ei verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Die Brötchenbrösel untermischen, bis eine breiige Paste entsteht. Diese Paste ca. 10 Minuten stehen lassen.

Spinat unter die Klößchenmasse mischen und daraus kleine Klößchen formen. Diese ca. 10 Minuten in siedendem Salzwasser gar ziehen lassen, herausnehmen und abtropfen lassen.

Die Wildkräuter abbrausen, trocken schütteln. Die Blättchen der Brunnenkresse abzupfen, vom Sauerampfer und Löwenzahn die Stiele entfernen. Alle Kräuterblättchen, Bärlauch und die Hälfte vom Schnittlauch fein schneiden.

Schalotte schälen und fein schneiden. In einem Topf Butter erhitzen, Schalotte zugeben und glasig anschwitzen, die geschnittenen Kräuter zugeben und kurz andünsten. Die Brühe angießen und aufkochen lassen.

Eigelbe mit etwas Sahne verquirlen. Restliche Sahne zur Suppe geben und diese mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Rest Schnittlauch fein schneiden. Die verquirlten Eigelbe in die heiße, aber nicht mehr kochende Suppe geben und unter Rühren die Suppe leicht binden. Achtung die Suppe darf nicht mehr aufkochen, sonst gerinnt das Eigelb.

Klößchen als Einlage in Suppenteller verteilen und die heiße Suppe sofort darauf geben, mit restlichem Schnittlauch bestreuen und servieren.

Vincent Klink am 21. April 2016

Zucchini-Rahm-Suppe mit Basilikum-Klößchen

Für 4 Personen

80 g Schichtkäse	2 Eigelb	20 g Semmelbrösel
20 g Mehl	1/2 Bund Basilikum	Salz, Pfeffer
1 Zwiebel	100 g Lauch	50 g Staudensellerie
250 g Zucchini	2 EL Olivenöl	150 ml Weißwein
500 ml Gemüsebrühe	150 ml Sahne	1 Limette

Für die Klößchen:

Schichtkäse und Eigelbe gründlich verrühren, dann die Semmelbrösel und das Mehl unterheben. Basilikum abspülen, trocken schütteln, fein schneiden und unter die Klößchenmasse mischen. Zuletzt mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse, mit einem Kaffeelöffel, kleine Klößchen ausstechen und in kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten garen, herausnehmen und abtropfen lassen.

Für die Suppe:

Zwiebel, Lauch und Sellerie putzen, waschen und in Würfel schneiden. Die grüne Zucchinischale 0,5 cm stark abschneiden und fein würfeln. Das Fruchtfleisch der Zucchini würfeln und mit dem Wurzelgemüse in einem Topf mit etwas Öl anschwitzen. Den Ansatz mit Weißwein ablöschen, etwas später mit Brühe und Sahne auffüllen und weich kochen. Die Suppe pürieren und durch ein grobes Sieb passieren. Die Zucchinischalenwürfel untermischen. Limette abreiben und den Saft auspressen. Zuletzt die Suppe mit Limettensaft, Limettenschale, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Suppe anrichten und die Klößchen als Einlage dazu geben.

Flora Hohmann am 30. Juli 2013

Index

- Aubergine, 9, 30
Avocado, 7
- Blumenkohl, 3–5, 65
Bohnen, 9, 20, 24, 33, 65, 80, 94
Borschtsch, 6, 7
Brokkoli, 8, 25, 65
- Chinakohl, 31
Croutons, 40, 46
- Eintopf, 2, 7, 9, 11–13, 20, 24, 32, 33, 43, 53,
56, 58, 59, 90, 96, 101
Erbsen, 8, 9, 25, 53–55
- Fenchel, 14
Fisch, 4, 8, 11–13, 19, 43, 49, 58, 59, 61, 72,
84, 92, 93, 96, 97
Fleisch, 2, 6, 7, 9, 14, 16, 20, 22, 23, 29, 30,
32, 36, 38, 42, 43, 45, 47, 53, 65, 71,
76, 78, 83, 91, 101
- Garnelen, 4, 15, 62, 64, 66, 88, 96
Geflügel, 4, 6, 7, 9–11, 18, 23, 25–29, 34, 41,
52, 54, 58, 61, 63, 69, 71, 76, 79, 82,
84, 85, 89, 91, 93, 96, 98, 99, 102
Gurke, 16, 37, 68
- Käse, 16, 75, 89, 103
Kürbis, 33–36
Kartoffeln, 1, 3, 10, 12, 14, 22, 23, 32, 33,
42–50, 53, 57, 58, 63, 67, 68, 71, 72,
75, 77, 79, 86, 90, 101
Klößchen, 8, 22, 30, 61, 74, 75, 77, 102, 103
Kohlrabi, 73
Kokos, 5, 29, 54, 62, 71, 78, 95, 96
Kräuter, 15, 25, 48, 51, 99, 102
- Lauch, 10, 13, 18, 20, 24, 41, 43, 49, 57, 58,
61, 63, 72, 82, 90, 101, 103
Linsen, 58–61, 67
- Möhren, 6, 7, 9–13, 17, 18, 23, 25–28, 30, 33,
38, 41, 43, 48–50, 54, 58, 59, 61–63,
65, 67, 72–74, 82, 83, 87, 90, 94, 101
- Maronen, 51, 62
Meeresfrüchte, 16, 56, 76
Melone, 40, 64
- Nudeln, 6, 9, 28, 31, 39, 65, 73
- Paprika, 9, 27, 39, 53, 54, 68, 75
Pastinaken, 25, 70, 72
Pilze, 10, 13, 17, 23, 31, 42, 46, 50, 67, 73,
87, 96
Porree, 10, 83
- Rüben, 7, 90–92
Reis, 18, 69, 74
Rettich, 6, 13, 35, 76, 92
Rind, 6, 7, 22, 23, 36, 39, 71, 83
Rosenkohl, 52, 71, 75
Rote-Bete, 6, 7, 35, 75, 76
Rotkraut, 77
- Sauerampfer, 102
Sauerkraut, 2, 78, 79
Schinken, 8, 18, 26, 55, 57
Schoten, 8, 24, 38, 68, 96
Schwarzwurzeln, 19, 84, 85
Sellerie, 7, 9, 10, 16–18, 23, 25, 27, 28, 30,
33, 43, 45, 48–50, 58, 59, 61, 63, 65,
67, 74, 82, 83, 85, 86, 90, 93, 94, 97,
103
sonstige, 28, 81
Spargel, 21, 87, 88
Speck, 2, 9, 16, 18, 32, 43, 48, 52, 58–60, 79,
86, 92, 94
Spinat, 20, 69, 87, 89, 100, 102
Spitzkohl, 7
Steckrübe, 90–92
- Tafelspitz, 10, 90, 101
Tomaten, 98, 99
Topinambur, 100
- Wan-Tan, 91
Weißkohl, 2, 6, 83, 101

Wurst, 2, 9, 14, 33, 47, 63, 75, 79, 80, 86, 92,
101

Zucchini, 9, 27, 30, 65, 67, 103