

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. Ananasfruchtfleisch, 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 Zwiebeln 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 köcheln 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