Nah&Frisch



Alexander Höss-Knakal | Professional

Frühlingskräutersuppe mit Kornspitzcracker und Zitronen

Griaß di Rezepte | Frühling | Low Carb | Vegetarisch

Zubereitung

Schwierigkeit: ●●●○○

Den Kornspitz in hauchdünne längliche Scheiben schneiden, dann kurz in einer Pfanne ohne Öl beidseitig leicht braun braten oder im Backrohr bei 160°C ca. 10 Minuten knusprig backen. Zwiebel und Knoblauchzehe schälen und klein schneiden. In einem Topf Butter aufschäumen lassen, Zwiebel und Knoblauch andünsten, ohne dass sie Farbe nehmen.
Mit Weißwein ablöschen, mit Gemüsefond und Obers aufgießen, mit Meersalz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
Suppe aufkochen, den Erdapfel mit einer feinen Raspel in die Suppe reiben (die Größe des Erdapfels bestimmt die Konsistenz der Suppe). Einige Zeit kochen lassen, damit sich der Stärkegeschmack verliert.
Suppe vom Herd nehmen und die Kräuter einmixen. Art und Menge der Kräuter kann nach Verfügbarkeit und Geschmack variieren. Suppe mit Kresse und knusprigem Kornspitz servieren.

Zutaten

- 1 kleine Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Butter
- 100 ml Weißwein
- 1 l Gemüsefond
- 250 ml Obers
- Meersalz, Pfeffer, Muskatnuss
- 1 mittelgroßer, geschälter Erdapfel
- 1 Bund Basilikum
- 1 EL Kresse
- 1/2 Bund Petersilie
- 1 Bio-Zitrone
- 1 Kornspitz, wenn möglich 1 Tag alt
- etwas Kresse