

Topinambur-Suppe

Ergibt zwei Portionen

- 500 g Topinambur
- 1 Zwiebel
- 2 Möhren
- 1/2 Porreestange
- 2 EL Pflanzenöl
- 500 ml Gemüsebrühe
- 30 g Pinienkerne
- Salz
- Pfeffer
- Petersilie zum Garnieren

Topinambur mit kaltem Wasser und einer Gemüsebürste reinigen. Dann in mundgerechte Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen und würfeln. Möhren putzen und in Scheiben schneiden. Porree putzen und in Ringe schneiden. Das Öl in einem ausreichend großen Topf erhitzen und das Gemüse darin zwei bis drei Minuten lang andünsten. Mit etwa drei Viertel der Gemüsebrühe ablöschen und cirka zehn Minuten lang köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Pinienkerne fettfrei anrösten.

Das Gemüse mit einem Pürierstab oder im Mixer pürieren. Von der restlichen Gemüsebrühe dazugeben, bis die Suppe die gewünschte Konsistenz hat.

Danach die Suppe erneut für zwei bis drei Minuten aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mit Petersilie und den gerösteten Pinienkernen garnieren.

Und noch ein Suppenrezept:

Cremesuppe mit Topinambur

500 Gramm Topinambur, eine große Kartoffel, einen Viertelliter Milch, 600 Milliliter Wasser, einen Esslöffel Öl, Salz und Pfeffer sowie etwas Muskatnuss.

Topinambur und Kartoffeln schälen und würfeln, in Öl andünsten, Milch und Wasser dazugeben, 15 Minuten köcheln lassen. Suppe pürieren, noch einmal kurz aufkochen und mit Gewürzen abschmecken.