

Pastinakensuppe

MIT KNUSPRIGEM TOPPING

ZUTATEN

1	Zwiebel
20 g	Butter
400 g	Pastinaken
500 g	Kartoffeln
800 ml	Wasser
1 – 2 TL	Gemüsebrühe
	Steinsalz, Pfeffer, Muskatnuss
100 ml	Sahne (eventuell)

TOPPING

2 EL	Sonnenblumenkerne
20 g	Butter
1/2	Bio-Zitrone
1/2 Bund	Blattpetersilie
	Steinsalz, Pfeffer



ZUBEREITUNG

Zwiebel, Pastinaken und Kartoffeln säubern und würfeln. Es muss nicht zu fein sein, da alles püriert wird.

100 g der Pastinaken für das Topping zur Seite stellen.

Zwiebeln, Pastinaken und Kartoffeln in Butter andünsten. Wasser und Gemüsebrühe zugeben. Alles 20 – 30 Minuten kochen lassen.

In der Zwischenzeit die restliche Pastinake sehr fein würfeln. Die Petersilie fein hacken und die Schale der Zitrone abreiben. Pastinakenwürfel langsam in Butter ca. 10 Min. knusprig braten. Etwas später die Sonnenblumenkerne und zum Schluss die Petersilie und Zitronenschale hinzugeben, salzen und pfeffern.

Die Suppe pürieren und mit Steinsalz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Je nach Konsistenz der Suppe evtl. noch etwas Wasser oder Sahne zufügen. Die Suppe auf Teller geben. Die knusprigen Pastinaken darüber streuen.

Tipp!

Statt der in Butter gebräunten Pastinaken und Sonnenblumenkerne schmecken zu der Suppe gegarte Möhren und Fenchel. Man benötigt ca. 3 Möhren und einen Fenchel, am besten natürlich dampfgegart, alternativ in Wasser mit etwas Butter gedünstet.

Gutes Gelingen und guten Appetit!