

Rezept

Fenchelcremesuppe mit Weintraubensalsa

Ein Rezept von Fenchelcremesuppe mit Weintraubensalsa, am 23.04.2024

Zutaten

Für die Suppe:

1	Zwiebel	1 - 2	Knoblauchzehen
800 g	Fenchel	250 g	Kartoffeln
2 EL	Olivenöl	2 EL	Pastis (nach Belieben)
1,5 l	Gemüsebrühe	1 TL	Fenchelsamen
1	Sternanis	200 g	Sahne
2-3 TL	Limettensaft		

Für die Salsa:

1	reife Avocado	3 EL	Limettensaft
100 g	kleine grüne Weintrauben	1-2	eingelegte grüne Jalapeños (je nach gewünschter Schärfe)
1 TL	Fenchelsamen	1 TL	Koriandersamen
6-8	Basilikumblätter	2 EL	gutes Olivenöl

Außerdem:

	Salz	schwarzer Pfeffer
4 Scheiben	Sauerteigbrot	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 535 kcal

Zubereitung

1. Für die Suppe Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Fenchel putzen, dabei das Grün beiseitelegen und den Fenchel ohne den Strunk klein schneiden. Die Kartoffeln schälen und grob würfeln. Das Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten. Mit Pastis ablöschen, die Gemüsebrühe dazugießen, Fenchel und Kartoffeln zugeben und alles aufkochen. Fenchelsamen und Sternanis in einen Teefilter geben, mit Küchengarn verschließen und zur Suppe geben. Die Suppe 20 Min. zugedeckt bei kleiner Hitze kochen lassen, bis das Gemüse schön weich ist.
2. Inzwischen für die Salsa die Avocado halbieren, den Stein entfernen, die Avocado schälen, in Würfel schneiden und mit dem Limettensaft mischen. Die Weintrauben waschen, abtropfen lassen, halbieren und ggf. entkernen. Die Jalapeños abtropfen lassen und fein hacken. Fenchel- und Koriandersamen im Mörser grob zerstoßen. Basilikumblätter waschen, trocken tupfen und fein schneiden. Alle Zutaten für die Salsa verrühren, salzen und etwas ziehen lassen.

3. Die Brotscheiben im Toaster rösten. Das Fenchelgrün hacken. Den Teefilter mit den Gewürzen aus der Suppe nehmen, die Sahne in den Topf gießen, erhitzen und die Suppe fein pürieren (wer sie noch feiner mag, passiert sie jetzt noch durch ein Haarsieb in einen zweiten Topf). Mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.
-
4. Die heiße Suppe auf Teller verteilen. Auf jede Portion etwas Salsa geben und mit Fenchelgrün bestreuen. Das geröstete Brot dazu servieren. Alternativ in jede Suppenportion erst 1 Brotscheibe legen und die Salsa daraufgeben. Gleich servieren.