Rezept

Spitzkohlsuppe mit Lachs

Ein Rezept von Spitzkohlsuppe mit Lachs, am 28.04.2024

Zutaten

80 g	Spitzkohl
80 g	Stremellachs
1	kleine Schalotte
3 EL	Sahne
	Pfeffer
1	kleine Pellkartoffel (ca. 50 g)
2 Stiele	Dill
1	Knoblauchzehe
	Salz
¼ l	Hühnerfond

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 1 Glas (ca. 600 ml) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 390 kcal

Zubereitung

1. Den Spitzkohl putzen, dabei die äußeren Blätter entfernen, den Kohl halbieren und den Strunk entfernen. Die Spitzkohlblätter in ca. ½ cm breite Streifen schneiden. Die Kartoffel pellen und ca. 1 cm groß würfeln. Den Lachs häuten und in grobe Stücke teilen. Dill waschen und trocken schütteln, Blätter abzupfen und fein schneiden.

2. Schalotte und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Beides mit Sahne, Salz und Pfeffer verrühren und in das Glas füllen. Zuerst die Kohlstreifen hineingeben, darüber Kartoffel und Lachs schichten. Zuletzt Dill daraufstreuen. Das Glas verschließen und (über Nacht) kühl stellen.

3. Den Fond extra mitnehmen und zum Essen aufkochen. Das Glas öffnen und die Zutaten mit dem kochenden Fond übergießen. Die Suppe verschlossen ca. 5 Min. ziehen lassen, dabei das Glas kräftig schwenken. Die Suppe in einem tiefen Teller anrichten. Dazu passt Vollkornbrötchen.