

Rezept

Chicoréesuppe mit Nusskernen

Ein Rezept von Chicoréesuppe mit Nusskernen, am 13.05.2025

Zutaten

600 g Chicorée	1 mehligkochende Kartoffel
1 Stück Ingwer (ca. 2 cm)	3 EL Butter
800 ml Gemüsebrühe	50 g gemischte Nusskerne (z. B. gehäutete Mandeln, Haselnusskerne, Cashewnusskerne und Kürbiskerne)
100 g Crème fraîche	Salz
schwarzer Pfeffer	1 TL rosenscharfes Paprikapulver

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 255 kcal

Zubereitung

1. Vom Chicorée alle welken Blätter entfernen. Den Chicorée waschen und in grobe Streifen schneiden. Die Kartoffel schälen, waschen und fein raspeln. Den Ingwer schälen und fein hacken. Im Suppentopf die Hälfte der Butter zerlassen, den Chicorée mit dem Ingwer darin andünsten. Die Kartoffel und die Brühe dazugeben und die Suppe zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 10 Min. köcheln lassen, bis die Kartoffel weich ist.
2. Inzwischen die Nusskerne mittelgrob hacken. Aus der Suppe 1 Schöpflöffel herausnehmen, die übrige Suppe im Topf fein pürieren. Die Crème fraîche und den Löffel Suppe wieder unterrühren und die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Die restliche Butter bei mittlerer Hitze zerlassen und die Nusskerne darin unter Rühren 1 – 2 Min. rösten, bis sie würzig duften. Mit dem Paprikapulver und Salz abschmecken. Die Suppe auf tiefe Teller verteilen und mit den Nusskernen garnieren.