Rezept

Cremesuppe mit frittierten Selleriesticks

Ein Rezept von Cremesuppe mit frittierten Selleriesticks, am 12.10.2024

Zutaten

1	kleiner Sellerie (ca. 600 g)
150 g	Petersilienwurzeln
1 Stängel	Zitronengras
1 l	heiße Gemüsebrühe
400 g	Kokosmilch (ersatzweise 250 ml Milch)
	Pfeffer
150 g	Pastinaken
1	mittelgroße Zwiebel
1 EL	Butter
200 ml	Sonnenblumenöl zum Frittieren
	Salz
2 EL	Essig

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 740 kcal, 73 g F, 7 g EW, 11 g KH

Zubereitung

1. Sellerie, Pastinaken und Petersilienwurzeln schälen. Vom Sellerie ein Stück von ca. 100 g abschneiden und beiseitelegen. Den Rest zunächst in Scheiben, dann in Streifen und schließlich in kleine Würfel schneiden. Pastinaken und Petersilienwurzeln ebenfalls fein würfeln. Zwiebel schälen, würfeln. Vom Zitronengras die trockenen Anteile und den Strunkansatz entfernen. Den Stängel in Ringe schneiden und diese fein hacken.

2. In einem Topf die Butter zerlassen. Die Zwiebel darin bei mittlerer Hitze in 3 Min. andünsten. Das übrige Gemüse dazugeben und kurz mit garen. Gemüsebrühe angießen und alles bei geschlossenem Deckel aufkochen. Dann die Hitze reduzieren und das Gemüse in ca. 20 Min. weich garen. Für die letzten 5 Min. das Zitronengras unterrühren.

3. Inzwischen das übrige Stück Sellerie in sehr dünne Scheiben und dann in feine Streifen schneiden. In einem kleinen Topf das Öl sehr stark erhitzen. Selleriestreifen darin bei großer Hitze in etwa 5 Min. braun ausfrittieren. Mit einem Schaumlöffel aus dem Öl holen, auf Küchenpapier abtropfen lassen.

4. Am Ende der Garzeit die Kokosmilch oder Milch zur Suppe geben und diese mit einem Pürierstab cremig fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken. Die Cremesuppe auf 4 Teller verteilen und mit Selleriesticks garnieren.