

Rezept

Topinambur-Süppchen

Ein Rezept von Topinambur-Süppchen, am 09.06.2026

Zutaten

3 kleine Frühlingszwiebeln	1 kleine Bio-Zitrone
600 g Topinambur	3 EL Olivenöl
150 ml trockener Weißwein (oder Gemüsefond)	900 ml Gemüsefond (aus dem Glas)
Salz	frisch gemahlener weißer Pfeffer
120 g Sahne	150 g gegarte Rote Bete (vakuumverpackt)
3 gehäufte TL helle Sesamsamen	120 ml Öl zum Frittieren
Salz	frisch gemahlener weißer Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 205 kcal

Zubereitung

1. Für die Suppe die Frühlingszwiebeln putzen und waschen, die hellgrünen und weißen Teile klein würfeln, die dunkelgrünen schräg in feine Ringe schneiden und zugedeckt beiseitestellen. Die Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Die Topinamburknollen unter fließendem Wasser gründlich waschen, schälen, klein würfeln und mit Zitronensaft und -schale vermischen.
2. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin andünsten. Die Topinamburwürfel dazugeben und kurz mitdünsten. Dann mit Wein und Fond ablöschen, aufkochen und bei mittlerer Hitze 20-25 Min. kochen lassen, bis die Topinamburwürfel weich sind.
3. Inzwischen für die Chips die Rote Bete in möglichst dünne Scheiben schneiden und mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Sesamsamen in einer kleinen Pfanne bei mittlerer Hitze goldbraun rösten.
4. Das Öl zum Frittieren in einer großen Pfanne erhitzen. Die Rote-Bete-Scheiben einlegen und in 2-3 Min. knusprig braten, dabei ab und zu wenden. Die Chips mit dem Schaumlöffel aus der Pfanne heben und auf Küchenpapier entfetten. Salzen und pfeffern.
5. Die Suppe mit dem Pürierstab fein pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Sahne halbsteif schlagen. Die Suppe auf vorgewärmte Suppenteller oder Suppentassen verteilen und jeweils einen großen Klecks Sahne in die Mitte setzen. Die Chips dekorativ darauf anrichten und mit den Sesamsamen bestreuen. Die beiseitegelegten Frühlingszwiebelringe über die Suppe streuen. Sofort servieren.