

Frisch gekocht
Donnerstag, 21. April 2016



Rezept von Richard Rauch

Krautsuppe mit Paradeisern, Ingwer und Räucherforelle

35 Minuten/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

4 Jungzwiebeln, 1 Knoblauch, 1 TL Kümmel ganz, 3 EL Schmalz, 1/2 Kopf Frühkraut, 200 g Sauerkraut, 1 TL Dijon-Senf, 100 g Pelati-Paradeiser, 1 EL Paradeisermark, 60 g Schmorparadeiser *, 1 TL geräuchertes Paprikapulver, 1 kleine Chilischote, 50 g Ingwer, 3 Kaffir-Limettenblätter, 50 ml Apfelessig, Meersalz, 1 1/2 Liter Gemüfefond, 4 Paradeiser; 100 g Räucherforellenfilet.

Zubereitung

Die Jungzwiebeln waschen, die grünen Teile beiseite legen und den Rest in feine Streifen schneiden. Die weißen Jungzwiebeln gemeinsam mit dem fein geschnittenen Frühkraut in Schmalz anschwitzen. Das Sauerkraut je nach Säure mit kaltem Wasser durchwaschen, hinzufügen und bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten schmoren. Ingwer schälen und fein reiben und mit dem gehackten Knoblauch zugeben. Dijon-Senf, Pelati-Paradeiser, Paradeisermark und Paprikapulver einrühren, mit Apfelessig ablöschen. Chili halbieren und von den Kernen befreien. Die restliche Schote fein hacken und mit den Limettenblättern und dem Kümmel dazugeben, salzen, den Fond zugießen und um die Hälfte in etwa einkochen.

Die Paradeiser kreuzförmig einschneiden, den Strunk herausschneiden und 1 Minute in Salzwasser überkochen, danach sofort in Eiswasser abschrecken. Die Paradeiser schälen, vierteln und das Kerngehäuse herausschneiden. In 1 cm dicke Spalten schneiden und zur Suppe geben.

Vor dem Servieren die grünen Jungzwiebelteile und einige Krautblätter fein schneiden. Suppe in Teller gießen, mit grünen Jungzwiebeln, Frühkraut, Schmorparadeisern und Räucherforellenstücken servieren.

***TIPP**

Schmorparadeiser: 200 g Cocktailparadeiser halbieren, mit der Schnittfläche nach oben auf ein Blech legen. Salzen und mit Olivenöl beträufeln. Bei 60 °C Umluft am besten über Nacht (oder 5 bis 6 Stunden) trocknen, dabei das Backrohr einen Spalt offen lassen.