

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Foto: Eurovision Song Contest. Das Kochbuch (Manuela Tiefnig)



Lohikeitto

Lohikeitto ist eine cremige Suppe aus Lachs, Kartoffeln und Sahne, abgeschmeckt mit frischem Dill. Sie ist mild, sättigend und zugleich frisch im Geschmack.

Zutaten (4 Personen):

2 Karotten
500 g Kartoffeln, festkochend
1/2 Stange Lauch, den hellen Teil
2 EL Rapsöl
500 ml Gemüsebrühe
200 ml Sahne
Salz & Pfeffer, schwarz, aus der Mühle
2 EL Zitronensaft
350 g Lachsfilet ohne Haut, küchenfertig
2 EL Dillspitzen

Zubereitung:

Karotten und Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden. Lauch putzen, in feine Ringe schneiden und in einem Sieb abspülen. Rapsöl in einem Topf erhitzen, Gemüse und Kartoffeln darin unter gelegentlichem Rühren ca. 5 Minuten anschwitzen. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und zum Kochen bringen. Etwa 15 Minuten kochen, bis Gemüse und Kartoffeln weich sind.

Etwa ein Drittel der Gemüsemischung mit einer Schaumkelle aus der Suppe heben, restliches Gemüse zusammen mit der Sahne und der Suppe fein pürieren. Das übrige

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Gemüse wieder dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Die Suppe nochmals aufkochen. Den Lachs abspülen, würfeln. In der heißen Suppe 3–4 Minuten gar ziehen lassen. Die Lachssuppe in Schalen oder tiefen Tellern anrichten und mit den Dillspitzen bestreuen.