

Schmeckt perfekt



Rezept von Richard Rauch

**Violette Karottensuppe, Mandarine, Kardamom,
Leinsamen-Mohn-Cracker**

40 Minuten/aufwendig



Zutaten für 4 Personen

1,5 kg violette Karotten, 3 Schalotten, 4 EL Butter, 1 EL Ras el-Hanout, 100 ml Apfelsaft, 3 Mandarinen, 100 ml trockener Wermut, 1000 ml Gemüsefond*, Salz, Cayennepfeffer, 50 g Ingwer, 5-6 Kapseln Kardamom.

Für die Leinsamen-Mohn-Cracker: 100 g Leinsamen, 50 g Mohn (ganz), 100 g Karottentrester (vom Pressen einer Karotte), Salz, Pfeffer.

Außerdem: dünn aufgeschnittene Karotten, Schale von einer unbehandelten Mandarine, Mandarinstücke.

Zubereitung

500 g Karotten in einem Entsafter auspressen. Die restlichen Karotten und Schalotten schälen, alles in ca. 1 cm-Würfel schneiden.

In Butter glasig dünsten. Mandarinen schälen, schneiden und dazugeben. Mit Ras el-Hanout bestreuen, mit dem Wermut ablöschen. Mit Apfelsaft aufgießen und bei mittlerer Hitze etwas einkochen lassen. Ingwer schälen, schneiden und mit den angedrückten Kardamonkapseln zugeben. Mit Suppe aufgießen. Mit Salz und Cayennepfeffer würzen, bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten weiterköcheln lassen; die Karottenwürfel sollten dann weich sein.

Die Karottensuppe fein pürieren, durch ein feines Sieb passieren und im Topf noch einmal aufkochen lassen. Den frisch gepressten Karottensaft dazugeben.

Für die Cracker 100 ml Wasser mit Leinsamen, Mohn und Karottentrester verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen, etwa 20 Minuten quellen lassen. Zwischen Backpapier dünn ausrollen und im Rohr bei 160 °C Umlufthitze in ca. 15 Minuten knusprig goldbraun backen.

Die Suppe mit Mandarinen als Einlage anrichten, mit dem Cracker servieren.

TIPP:

Aus Karottenschalen und -abschnitten, Salz, Lorbeerblatt, Koriander und Wasser einen Fond kochen.