

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Heuschaumsuppe mit Perlgraupen

Köchin: Simone Furtlehner

Zutaten

(4 Personen)

Für die Suppe

- 2 Handvoll frisches Heu
- 3 Pfefferkörner
- 1 Lorbeerblatt
- 1 l Gemüsefond
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- ½ Knollensellerie
- 1 Pastinake
- 1 Petersilienwurzel
- 2 EL Butter zum Anbraten
- 3 cl Noilly Prat White
- Salz
- weißer Pfeffer
- 200 ml Obers
- 200 g Perlgraupen

Für die Garnitur

- getrocknete Alpenkräuter

Zubereitung

- 1.** Für die Heuschaumsuppe zuerst das frische Heu mit den Pfefferkörnern und dem Lorbeerblatt etwa 5 Minuten in einem hohen Topf leicht anrösten. Das dient dazu die Aromen zu intensivieren und eventuelle Keime abzutöten. Achtung: Das Heu nicht zu lange rösten, sonst wird die Suppe bitter. Dann mit dem Gemüsefond aufgießen.
- 2.** Nun die Zwiebel, den Knoblauch, den Knollensellerie, die Pastinake und die Petersilienwurzel kleinschneiden und in einem Topf in etwas Butter anschwitzen. Anschließend mit dem Noilly Prat White ablöschen und mit dem Heu-Gemüsefond (durch ein Sieb) aufgießen.
- 3.** Die Suppe mit Salz und weißem Pfeffer würzen und kochen, bis das Gemüse weich ist, danach mit einem Mixstab pürieren, mit dem Obers aufgießen und nochmal schaumig mixen.
- 4.** Die Perlgrauen in Salzwasser kochen, bis sie weich sind und danach durch ein Sieb abseihen. Zum Schluss die Suppe in einem tiefen Teller anrichten und mit getrockneten, gehackten Alpenkräutern garnieren.