

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

Fotocredit: Simeon Baker



Polentaschaumsuppe mit Feta

Koch: Florian Hipp

Zutaten

(4 Personen)

Für die Suppe

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Pflanzenöl
- 40 g Polenta
- 250 ml Buttermilchmolke (durch ein Sieb abgetropft aus 500 ml Buttermilch)
- 500 ml Gemüsefond
- 125 ml Obers
- 125 g Sauerrahm

Für die Garnitur

- ein Schuss Kernöl
- eine Handvoll geröstete, gesalzene Kürbiskerne
- 75 g zerbröselter Feta

Zubereitung

- 1.** Für die Polentaschaumsuppe zuerst die Zwiebel und den Knoblauch schälen und in grobe Würfel schneiden. Das Pflanzenöl in einem Topf erhitzen, die Zwiebel und den Knoblauch dazugeben und goldgelb anrösten.
- 2.** Nun die Polenta zugeben und kurz mitrösten. Anschließend mit der Buttermilchmolke und dem Gemüsefond aufgießen und köcheln lassen, bis alles schön weich ist. Danach das Obers und den Sauerrahm zugeben und die Suppe mit einem Stabmixer fein pürieren.
- 3.** Zum Schluss die Suppe noch mit Salz und Pfeffer abschmecken und in einem Suppenteller anrichten. Die Suppe mit Kernöl, gerösteten Kürbiskernen und zerbröseltem Feta garnieren.