

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

Fotocredit: Simeon Baker



Gastkoch: Hans Peter Fink

Vegetarische Tom Ka Gai Suppe

Zutaten für 4 Personen

- 50 g Olivenöl (oder Kokosöl)
- 300 g Karotten
- 1 Apfel
- 60 g Zwiebel
- 100 g Fenchel
- 80 g Frühlingszwiebel (oder Lauch)
- 2 Knoblauchzehen
- 30 g Ingwer
- 2 EL Rundkornreis
- 1 TL brauner Rohrzucker
- 1 EL Curry Jaipur oder Red Curry Paste
- 2 Liter Gemüsefond
- eine Handvoll Salz
- 1 TL Chilipaste
- 5 Gewürznelken (angeröstet)
- ½ Sternanis (angeröstet)
- 2 Kaffirlimettenblätter
- 1 Stange Zitronengras
- Abrieb und Saft einer ½ Limette
- 500g Kokosmilch

Zubereitung

- 1.** Für die Suppe die Karotten schälen und klein würfelig schneiden. Die Zwiebel, den Fenchel, den Apfel samt Schale, den Jungzwiebel, die Knoblauchzehen und den Ingwer in kleine Würfel schneiden und in einem Topf mit Olivenöl (alternativ Kokosöl) anschwitzen.
- 2.** Dann den Reis, den Rohrzucker und das Curry Jaipur zugeben und gut verrühren, sodass eine natürliche Bindung entsteht. Anschließend alles mit Gemüsefond auffüllen und für 10-15 Minuten kochen lassen.
- 3.** Die angerösteten Gewürznelken, den Sternanis, die Kaffirlimettenblätter, die angedrückte Zitronengras-Stange und die Limettenschale in ein Sieb geben und für etwa 10 Minuten in der Suppe ziehen lassen.
- 4.** Das Sieb mit den Gewürzen herausnehmen, die Suppe mit Chilipaste, Salz, Limettenabrieb und Limettensaft würzen und mit der Kokosmilch aufgießen. Alles noch einmal aufkochen lassen und fein mixen.
- 5.** Die thailändische Tom Ka Gai Suppe in einem tiefen Teller anrichten und mit etwas Kerbel garnieren und servieren.