

Eine-Welt-Verkauf

Bestelltelefon 09263 7071

Bitte bleiben Sie gesund!

Eine-Welt-Team
der Kirchengemeinde
Lauenstein Secundo



Selleriecremesuppe mit Haselnuss-Dattel-Einlage

Zutaten für die Suppe (4 Pers):

450 g	Knollensellerie	100 g	Petersilienwurzel
200 g	Kartoffeln, mk	100 g	Staudensellerie
2	Zwiebeln	20 g	Butter
500 ml	Gemüsebrühe	150 ml	Milch
100 ml	Sahne	1	Lorbeerblatt
1 TL	getrockneter Thymian		Salz, Pfeffer, Zucker

Zutaten für die Einlage:

6 St.	GEPA Datteln	50 g	Räuchertofu
30 g	Haselnüsse	2 EL	Rapsöl
¼ Bd	Petersilie		Salz, Pfeffer

Zubereitung:

- * Sellerie, Petersilienwurzel und Kartoffeln schälen und würfeln. Staudensellerie waschen, putzen und fein würfeln. Zwiebeln schälen, würfeln und in der Butter glasig dünsten, eine Prise Zucker zugeben und karamellisieren lassen. Die Knollensellerie- und Petersilienwurzelwürfel mit Gemüsebrühe, Milch, Lorbeerblatt und Thymian zugeben. Suppe aufkochen und auf kleiner Flamme köcheln lassen bis das Gemüse weich ist. Lorbeerblatt entfernen, Suppe pürieren, die Staudenselleriewürfel darin garen. Sahne zugeben und erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. .
- * Datteln entsteinen und in grobe Stücke schneiden. Haselnüsse grob hacken. Petersilie waschen, trocknen und hacken. Tofu in kleine Würfel schneiden. In dem Rapsöl die Räuchertofuwürfel auf kleiner Flamme goldbraun braten. Datteln und Haselnüsse zugeben und erhitzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Petersilie unterheben.
- * Suppe in Teller oder Suppenschalen geben und die Einlage darauf verteilen.

Tip: Die Haselnüsse im Ofen vorher anrösten.

Quelle: <http://www.gepa-wug.de>