

Pastinaken-Apfel-Suppe



- 1 mittlere Zwiebel
- 3 grosse oder 5-6 kleinere Pastinaken
- 3 Äpfel
- Gelbe Gewürzmischung (zB Kurkuma, Muscat, Kardamom, Chili, ...)
- Curry, je nach Belieben scharf, mittel oder süss
- Mind. 1 Liter Bouillon
- Ghee, Butter oder Olivenöl

Zubereitung

Die Pastinaken schälen und in Ringe oder Würfel schneiden (kleine Pastinaken können auch nur mit einer Bürste gut abgerieben und müssen nicht unbedingt geschält werden).

Die Zwiebeln hacken oder schneiden und in der Butter/im Öl anbraten, in dieser Zeit die Äpfel schälen und in Stücke schneiden.

ca. je ein gehäufter El Gewürzmischung und Curry zur Zwiebel geben und kurz mitanbraten.

Pastinaken und Äpfel dazugeben, kräftig umrühren und mit Bouillon ablöschen.

Ob im Dampfkochtopf oder normal gekocht: sehr weich kochen und anschliessend pürieren. Nach Bedarf Flüssigkeit dazugeben und nochmals aufkochen lassen.

E Guete!

Rezept: Evelin Aebli, Amsoldingen

Pastinaken und Äpfel in unserem Laden erhältlich!

www.qsh.ch