

Fenchelcremesuppe

Zutaten:

3 Fenchelknollen
20 g Ghee (Butterschmalz)
1/4 l frisch gepresster Orangensaft
3/4 l Wasser
gekörnte Brühe ohne Hefe
100 ml Schlagsahne
2 TL Orangenzester
1 TL Schwarzkümmelsamen
Salz und Pfeffer zum Abschmecken

Zubereitung:

Frischen Orangensaft auspressen. Die Fenchelknollen waschen und in Würfel schneiden. Fenchelgrün zum Dekorieren aufheben.

Die Fenchelwürfel in 20 g Ghee andünsten und dann mit ¼ Liter Wasser und ¼ Liter Orangensaft und gekörnter Brühe aufgießen. Ca. 20 Minuten köcheln lassen, anschließend pürieren. Die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Sahne steif schlagen und jeweils einen Klacks auf die aufgefüllte Suppe geben. Zum Schluss die Suppe mit Fenchelgrün, Orangenzester und Kreuzkümmelsamen bestreuen.



Guten Appetit !