

Bunte Herbstsuppe mit Streuobstapfel

ZUTATEN

Rote Suppe:

1 Zwiebel

4 rote Beten

2 -3 Äpfel oder 200 ml

Apfelsaft

Ein daumengroßes Stück

bayrischen Ingwer

1 TL zerstoßene

Korianderkörner

Orange Suppe:

300 g Hokkaido

300 g Gemüsebrühe

2 EL Butter

1 Zweig Rosmarin

Weißer Suppe

300 g

Petersilienwurzeln,

Pastinaken oder Sellerie

300 g Gemüsebrühe

ZUBEREITUNG

Die Zwiebel schälen, kleinschneiden und anbraten. Die roten Beten (=roude Ruam) und die Äpfel kleinschneiden und dazugeben. Falls keine Äpfel vorhanden sind, stattdessen Apfelsaft verwenden.

Ingwer fein reiben und hinzufügen.

Koriander dazugesellen. Mit etwa 500 ml Wasser aufgießen. Etwa 20 Minuten köcheln lassen, dann fein pürieren.

Für die orange Suppe nehmen wir Hokkaido- Kürbis, höhlen ihn aus und schneiden ihn in grobe Stücke. Diese lassen wir in Butter angehen, geben etwas Rosmarin dazu, gießen mit Gemüsebrühe auf und runden mit einer Prise Zimt ab.

Für die weiße nehmen wir Petersilienwurzeln, Pastinaken oder Sellerie, schneiden sie ebenfalls in grobe Stücke, und lassen sie ebenso in Butter angehen, würzen nur mit Salz und gießen mit Wasser auf. Abgerundet wird hier mit Sahne.



ZUTATEN

Salz
1 EL Apfelessig
Abrieb und Saft einer
halben Zitrone
Schwarzkümmel

ZUBEREITUNG

Alle Suppen werden nun püriert. Je dicker die Suppen sind, desto schönere Kontraste erzielt man auf dem Teller. Mit Salz und Essig bzw. Zitrone abschmecken, mit Schwarzkümmel garnieren und servieren.

Quelle: Bernhard Senkmüller, Bio-Koch und Genussbotschafter
Niederbayern