



Zuckermaissuppe

mit Zucchini-Topping



Zutaten für 2 Personen:

- | | |
|--|---|
| <p>Suppe</p> <p>4 Zuckermaiskolben
 1 Gratin Cuisine
 4 – 5 Kartoffeln
 1 Zwiebel
 1 Chili
 1 Bund Petersilie
 2 kleine Zucchini
 1 Knoblauchzehe
 1/2 L Wasser
 2 TL Kraftwürze orientalisch
 2 TL Sesamkörner
 Sesamöl
 Salz
 Pfeffer
 Olivenöl</p> | <p>Die Maiskolben entblättern und den Mais vom Kolben schneiden. Etwa eine Handvoll Mais beiseitestellen. Öl in einem tiefen Topf erhitzen. Gehackte Zwiebel und in Scheiben geschnittenen Knoblauch in das Öl geben und kurz andünsten.</p> <p>Dann die gewaschenen und gewürfelten Kartoffeln und den Mais zugeben und kurz anbraten.</p> <p>Die Kraftwürze in Wasser lösen und damit das Gemüse ablöschen. 10 Min köcheln lassen, dann abschmecken, mit einem Mixstab pürieren und mit der Gratin Cuisine verfeinern. Erneut abschmecken und auf dem ausgestellten Herd stehen lassen.</p> <p>In der Zwischenzeit die Zucchini fein würfeln und in einer Pfanne mit klein gehackter Chili, Sesamkörnern, Salz und Pfeffer anbraten. Abkühlen lassen und mit frisch gehackter Petersilie vermischen.</p> <p>In die Suppe den restlichen Mais streuen, in Schälchen geben und das Zucchini Gemüse als Topping darauf geben. Etwas Sesamöl darüber träufeln und genießen.</p> |
|--|---|

Tipp: Die Kraftwürze nicht in das Wasser einrühren, sondern zuvor mit in Zwiebeln in etwas Öl dünsten und das Gemüse später nur mit dem reinen Wasser ablöschen und aufgießen.