



Skandinavische Kartoffelsuppe

mit Räucherlachsspitzen und Dill

 20-30Min.  2 Personen

Unsere Nachbarn im hohen Norden wissen das eine und andere vom guten Leben - dieser Trend der Gemütlichkeit und Zufriedenheit zieht heute auch in deine Küche ein! Es gibt eine wohltuend-cremige Kartoffelsuppe mit geräuchertem Lachs und frischem Dill. Ein paar Kerzen dazu und schon wird es ganz „hyggelig“.

Was du von uns bekommst

- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 10g frischer Dill
- 1 unbehandelte Limette
- 1 Packung Räucherlachsspitzen ⁴
- 1 Gemüsebrühwürfel ⁹
- 1 Stange Lauch
- 500g mehligkochende Kartoffeln

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Küchenreibe
- Messbecher
- mittelgroße Pfanne
- mittelgroßer Kochtopf
- Sparschäler
- Stabmixer
- Wasserkocher
- Zitronenpresse

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Kochtipp

Vorsicht, der Fisch kann Gräten enthalten. Diese ggf. mit einer Pinzette entfernen oder beim Essen darauf achten.

Allergene

Fisch (4), Milch (7), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 700.0kcal, Fett 41.8g, Eiweiß 32.5g, Kohlenhydrate 44.5g



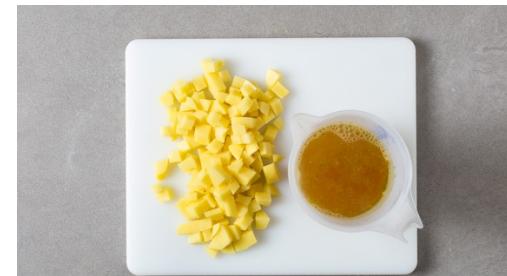
1. Lauch schneiden

Den **Lauch** - weiß und grün getrennt - in feine Ringe schneiden. Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen. Die **Dillspitzen** von den Stängeln zupfen und fein hacken. Die **Dillstängel** grob hacken.



4. Kartoffeln braten

Währenddessen die **restlichen Kartoffelwürfel** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 6-8Min. anbraten. In der letzten Minute den **grünen Lauch** mitbraten.



2. Kartoffeln schneiden

Die **Kartoffeln** schälen und in ca. 1cm große Würfel schneiden. Ca. 650ml Wasser in einem Wasserkocher aufkochen und den **Brühwürfel** im heißen Wasser auflösen.



5. Fisch vorbereiten

Den **Räucherlachs** ggf. mit einem scharfen Messer von der Haut befreien und in grobe Stücke teilen. **Vorsicht**, der **Fisch** kann Gräten enthalten. Diese ggf. mit einer Pinzette entfernen oder später beim Essen darauf achten.



3. Suppe ansetzen

Den **weißen Lauch** mit den **grob gehackten Dillstängeln** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 1-2Min. farblos anschwitzen. Mit der **Brühe** ablöschen, ca. **3/4 der Kartoffelwürfel** hinzugeben und alles ca. 10-12Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen.



6. Suppe fertigstellen

Ca. die **1/2 der Crème fraîche** in die **Suppe** rühren, die **Suppe** einmal aufkochen lassen und **je nach Wunsch** cremig oder stückig pürieren. Ggf. etwas heißes Wasser hinzugeben, falls die Suppe zu dickflüssig ist. Mit **Limettensaft und -abrieb** sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Suppe mit Lachs, Kartoffelwürfeln und Dillspitzen** garniert servieren.