



Kartoffelcremesuppe mit Stremellachs

skandinavisch-fein mit frischem Dill



ca. 25min



2 Portionen

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 Stange Lauch
- 1 unbehandelte Limette
- 10g Dill
- 1 Pck. mehligkochende Kartoffeln
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 1 Pck. ASC-Stremellachs ¹
- 1 Becher Crème fraîche ²

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- kleine Pfanne
- Stabmixer
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Fisch (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 737kcal, Fett 46.6g, Kohlenhydrate 49.8g, Eiweiß 28.9g



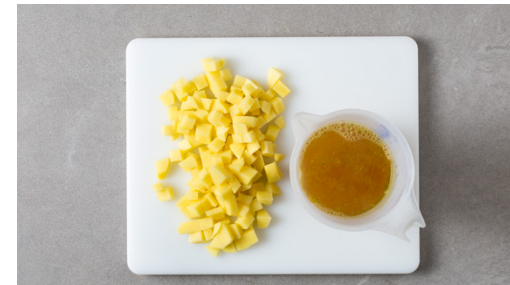
1. Lauch schneiden

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



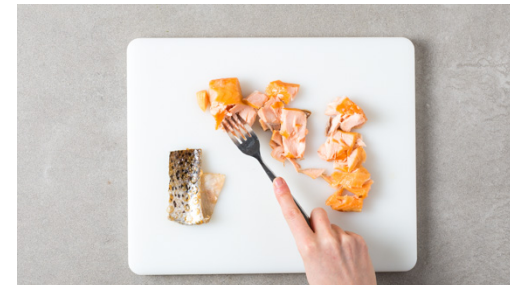
4. Kartoffeln braten

Währenddessen die **restlichen Kartoffelwürfel** in einer kleinen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 6-8Min. anbraten. In der letzten Minute die **grünen Lauchringe** hinzugeben und mitbraten.



2. Kartoffeln schneiden

Die **Kartoffeln** schälen und in ca. 1cm große Würfel schneiden. Das **Brühgewürz** in 650ml heißem Wasser auflösen.



5. Fisch vorbereiten

Die Haut entfernen und den **Lachs** mit einer Gabel grob zerteilen, evtl. vorhandene Gräten mit einer Pinzette entfernen.



3. Suppe ansetzen

Die **weißen Lauchringe** mit den **grob geschnittenen Dillstängeln** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. farblos anschwitzen. Mit der **Brühe** ablöschen, ca. **¾ der Kartoffelwürfel** hinzugeben und alles 10-12Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen.



6. Suppe fertigstellen

Die **Crème fraîche** in die **Suppe** rühren, die **Suppe** einmal aufkochen lassen und **je nach Wunsch** cremig oder stückig pürieren. Ggf. etwas heißes Wasser hinzugeben, sollte die **Suppe** zu dickflüssig ist. Mit **Limettensaft** und **-schale** sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Suppe** mit dem **Lachs**, den **Kartoffelwürfeln** und den **Dillspitzen** garnieren und servieren.