



Skandinavische Kartoffelsuppe

mit Dill und Räucherlachs



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 frischem Dill und geräuchertem Lachs. Ein paar Kerzen dazu und schon wird es ganz „hyggelig“.

Was du von uns bekommst

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

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

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

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

Allergene

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

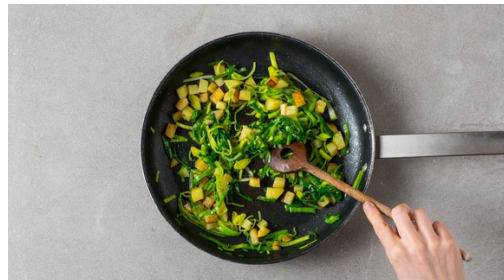
Nährwertangaben pro Portion

Energie 710kcal, Fett 43.6g, Kohlenhydrate 44.3g, Eiweiß 30.6g



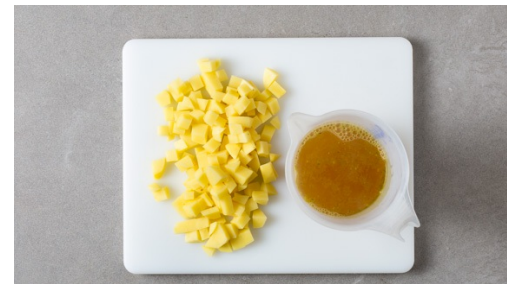
1. Lauch schneiden

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.



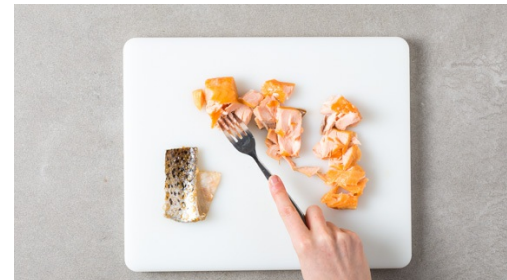
4. Kartoffeln braten

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.



3. Suppe ansetzen

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