MARLEY SPOON



Sellerie-Apfel-Suppe mit Lauch und Mandeln

serviert mit Knoblauch-Vollkornbrötchen

ca. 40min 3 Portionen

In den Niederlanden ein geschätzter Favorit, zeigt sich Knollensellerie hier von seiner edelsten Seite. Ergänzt durch die dezente Fruchtnote des Apfels, überzeugt dieses sämige Süppchen durch ein harmonisches Zusammenspiel der Aromen. Zitronig-knuspriger Lauch und geröstete Mandeln setzen gelungene Texturakzente, perfekt ergänzt durch würziges Knoblauch-Vollkornbrötchen.

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 3 Stangen Lauch
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Pck. Gemüsebrühgewürz
- 1 kleiner Knollensellerie [1]
- 1 grüner Apfel
- 2 Vollkornbaguettebrötchen [2,5]
- 25g Rauchmandeln [6]
- 200ml Kochsahne [3]

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Butter [3]
- 1½EL körniger Senf [4]
- ½EL Weizenmehl [2]
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Airfryer
- mittelgroßer Topf mit Deckel
- Stabmixer
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse

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

Allergene
Enthält: **Sellerie** (1), **Gluten** (2), **Milch** (3), **Senf** (4), **Sesamsamen** (5), **Schalenfrüchte** (6).

Kann Spuren enthalten von: Erdnüsse

Nährwertangaben pro Portion
Energie 731kcal, Fett 41.4g, Kohlenhydrate 68.0g, Eiweiß 18.4g



1. Zutaten vorbereiten

1EL Butter mit **1 Prise Gewürzmischung** bestreuen und Zimmertemperatur annehmen lassen. Inzwischen den **grünen Teil von 1 Lauchstange** abschneiden, längs halbieren und in möglichst feine Streifen schneiden. Mit 1 Prise Salz vermengen. Die **½ der Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. **¾ des Brühgewürzes** in 750ml warmem Wasser auflösen.



2. Lauch frittieren

In einem mittelgroßen Topf 1½EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze erwärmen. Die **Lauchstreifen** mit ½EL Mehl vermengen und im heißen Öl in 2–3Min. goldbraun und knusprig frittieren. Die **Zitronenschale** untermengen und den **Lauch** auf Küchenpapier abtropfen lassen. Der Topf wird weiterverwendet.



3. Gemüse braten

Den **übrigen Lauch** längs halbieren und quer in feine Streifen schneiden. Den **Sellerie** mit einem Messer schälen und in kleine Stücke schneiden. Den **Apfel** vierteln, entkernen und grob würfeln. In dem Topf 3EL Butter bei mittlerer Hitze schmelzen, dann den **Lauch**, **Sellerie** und **Apfel** mit **¾ der restlichen Gewürzmischung** und ½TL Salz in 6–8Min. weich braten.



4. Suppe kochen

Die **Brühe** angießen und die **Suppe** abgedeckt 10–12Min. sanft köcheln lassen. **Tipp:** Der **Sellerie** ist durch, wenn er sich bei der Messerprobe leicht vom Messer löst.



5. Brötchen aufbacken

Inzwischen die **Brötchen** diagonal mehrfach ein-, aber nicht durchschneiden. Die mittlerweile weiche Butter mit der **Gewürzmischung** vermengen und in die Schlitze streichen. Im Airfryer bei 180°C in ca. 5Min. goldbraun und knusprig aufbacken. **Tipp:** Wer keinen Airfryer hat, backt das **Brot** im vorgeheizten Backofen bei 180°C (160°C Umluft). Die **Rauchmandeln** grob hacken.



6. Suppe fertigstellen

Die **Suppe** mit einem Stabmixer glatt pürieren, dann **150ml Kochsahne** und ggf. etwas mehr Wasser einrühren. Mit 1½EL körnigem Senf sowie Pfeffer nach Geschmack würzen. Die **Suppe** vom Herd nehmen und mit **Zitronensaft** abschmecken. Auf tiefe Teller verteilen, mit den **Lauchstreifen** und den **Rauchmandeln** garnieren und mit dem **Knoblauchbrot** servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**