

Fusion Gemüse Eintopf/Gemüsesuppe

Die Rezepte können als mögliche Einkaufsvorlage dienen und sind für geübte Köche als Gedankenstütze formuliert.

Eine leckere Variante einer Gemüsesuppe mit der intensiven Geschmackvariante, die von Koriander, Thaibasilikum und Erdnüssen geprägt wird. Eine solche Suppe mit Kartoffeln ist nicht sehr typisch, gibt aber der Suppe/dem Eintopf eine schöne Konsistenz.

Wie bei jedem Eintopf sind der Kreativität keine Grenze gesetzt und dieses Gericht kann auch mit diversen anderen Gemüsekombinationen zubereitet werden.

Suppe / Eintopf

Schweiz

Vorbereitung

Kochzeit

Menge für

3-4 Personen

Zutaten für Einkaufsliste

Pos.	Menge	Einheit	Zutaten
Zutaten			
1	50	Gramm	Maccaroni
2	1	Blatt/Blätter	Loorber
3	10	Blatt/Blätter	Kaffir
4	1	Teelöffel	Hühnerbouillon: Vegan: Sojasauce
5	2	Esslöffel	Sojasauce
6	1	Teelöffel	Garam Massala
7	0.5	Teelöffel	Ajowan (Alternativ Kreuzkümmel)
8	1	Esslöffel	Mushroom Sojasauce
9	3	Stück	Shitakee
10	30	Gramm	Erdnüsse
11	1	Teelöffel	Sesamöl
12	1	Stück	Limone
Zutaten			Gemüse
13	1	Stück	Lemongrass
14	3	Stück	Kartoffeln (mittel)
15	1	Knolle	Sellerie (klein)
16	15	Gramm	Koriander frisch
17	1	Stück	Karotte
18	1	Stück	Echalotte
19	30	Gramm	Thaibasilikum
20	3	Zehe/n	Knoblauch

Fusion Gemüse Eintopf/Gemüsesuppe

Anleitung Zubereitung

1	Maccaroni in Öl goldgelb rösten und zur Seite stellen
2	Frische Shitakee (wenn getrocknet einweichen). In kleine Stücke schneiden und ca. 10 Minuten in Öl mit der feingehackten Schalotte dünsten und zur Seite stellen.
3	Gewürze (Ajowan, Massala) kurz anrösten
4	Kartoffeln, Karotten, Sellerie in max. 2cm grosse Stücke schneiden und in Wasser mit der Hühnerbouillon (ca. 3/4 Liter Wasser), den gerösteten Gewürzen, Lorbeer, Lemongrass und Kaffirblättern und feingehacktem Knoblauch kochen. Zuerst die Karotten, die brauchen etwas länger. Dann die Kartoffeln und die gerösteten Maccaroni dazugeben. Ebenfalls die Pilze dazugeben und kochen bis Kartoffeln und Maccaroni weich sind (ca. 12 Minuten)
5	Erdnüsse auf mittlerer Temperatur gut rösten.
6	Abschmecken mit den verschiedenen Sojasaucen, Thai Basilikum und Koriander.
7	Wichtig bei diesem Rezept ist, dass man Rücksicht auf die Kochzeit der verschiedenen Zutaten nimmt, so dass die Kartoffeln nicht zerfallen, vorteilhaft sind deshalb festkochende Kartoffeln. Ebenfalls wichtig ist die Hühnerbouillon niedrig zu dosieren, so dass man am Schluss mit der Sojasauce abschmecken kann. Als vegane Variante ersetzt man die Hühnerbouillon mit der entsprechenden Menge an Sojasauce. Damit das Gericht eher wie ein Eintopf wird darf man beim Kochen nicht zu viel Wasser ansetzen, man kann immer noch zusätzlich Flüssigkeit begeben.
8	Servieren mit den gerösteten Erdnüssen und 1/4 Limone
9	Optional kann dieses Gericht auch mit scharfen Gewürzen wie z.B. einem Teelöffel Kashmiri-Chili zubereitet werden.