



Feldsalat-Cremesuppe mit Karotten-Ingwer-Vinaigrette

Zutaten

für 4 Personen

- 80g weiße getrocknete Bohnen
- 2 Zweige Rosmarin
- 1 Knoblauchzehe
- 1 El Olivenöl
- Salz & Pfeffer
- 10g Ingwer
- 140g Zwiebel
- 80g Karotten
- 2 El Balsamicoessig bianco
- 3 El Haselnußöl
- 300g Kartoffeln
- 10g Butter
- 50ml Sherry
- 700ml Gemüfefond
- Muskat
- 200g Feldsalat
- 200g Schlagsahne
- 2 El Zitronensaft

Schwierigkeitsgrad

Normal

Zubereitungszeit

30 Minuten
+ 2 Stunden Kochzeit
+ 1 Nacht Einweichzeit



Zubereitung

Am Vortag für die Einlage die Bohnen in kaltem Wasser einweichen. Am nächsten Tag Bohnen in einem Sieb abtropfen lassen, dann in einen Topf mit kaltem Wasser geben. Rosmarin, Knoblauch und Olivenöl zugeben und bei mittlerer Hitze 1-1:30 Stunden weich kochen. 10 Minuten vor Ende der Garzeit Bohnen mit Salz würzen. Die fertig gegarten Bohnen in ein Sieb gießen, abtropfen lassen und Knoblauch und Rosmarin entfernen. Bohnen mit feuchtem Küchenpapier abdecken. Für die Möhren-Ingwer-Vinaigrette Ingwer schälen und sehr fein reiben. 40g Zwiebel in feine Würfel schneiden. Karotten schälen und auf dem Gemüsehobel in feine Streifen hobeln. Essig mit 4 El Wasser, Salz, Pfeffer und Haselnussöl verrühren. Ingwer, Zwiebeln und Karotten unterrühren. Für die Feldsalat-Cremesuppe Zwiebeln halbieren und in dünne Streifen schneiden. Kartoffeln schälen und in ca. 5 mm kleine Würfel schneiden. Butter in einem Topf erhitzen die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Mit Sherry ablöschen und mit Gemüfefond auffüllen. Kartoffeln zugeben, mit Salz, Muskat und etwas Pfeffer würzen. Abgedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten gar kochen. In der Zwischenzeit Feldsalat sorgfältig putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Sahne zu den fertig gegarten Kartoffeln geben, kurz aufkochen und den Topf beiseite stellen. Feldsalat zugeben und mit dem Zauberstab fein mixen, bis eine sämige hellgrüne Suppe entsteht. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft abschmecken und in 4 vorgewärmten Schalen anrichten. Bohnen auf die Schalen verteilen. Suppen mit je 1-2 El Möhren-Ingwer-Vinaigrette beträufeln und sofort servieren.