

Aus der Hado-Küche: Ein Suppenrezept

Restaurant Services

Spargelsuppe mit Avocadocreme und Löwenzahnblüte

für 4 Personen:

650 g	grüner Spargel
30 g	Dinkel, fein gemahlen
2 EL	gekörnte Gemüsebrühe
2	vollreife Avocados, je etwa 250 g
4 EL	Crème fraîche
2 EL	Limettensaft
20 g	Butter
1	Handvoll junge Sauerampferblättchen
	Petersilie, frisch gehackt
	weißer Pfeffer aus der Mühle
	Ursalz, Mutterkümmel, Galgant
	einige Gänseblümchen, 1 Löwenzahnblüte

Den Spargel waschen, das untere Drittel schälen, holzige Enden abschneiden. Die Spargelabfälle mit Wasser bedeckt in einem Topf aufkochen und bei schwacher Hitze 15–20 Minuten kochen. Inzwischen den Spargel in Stücke schneiden, die Spitzen beiseite legen. Die Spargelbrühe absieben, mit Wasser auf 1200 ml auffüllen und in einen Topf geben. Den Dinkel mit dem Schneebesen unterrühren, aufkochen. Die gekörnte Brühe und die Spargelabschnitte zufügen und etwa 7 Minuten bei schwacher Hitze kochen. Dann die Spargelspitzen dazu geben und weitere 3 Minuten kochen.

Die Avocados schälen, entkernen und mit der Crème fraîche und dem Limettensaft fein pürieren. Die Suppe vom Herd nehmen. Das Avocadopüree, die Butter und die Kräuter unterrühren. Mit Salz, Galgant, Mutterkümmel und Pfeffer abschmecken und mit Gänseblümchen und den abgezipften Blütenblättern des Löwenzahns bestreuen.

Rezept von Siegfried Sattler, Restaurant Services, München