

Friesische Kartoffel-Suppe mit Quark-Brötchen

Für zwei Personen

Für die Kartoffelsuppe:

200 g festk. Kartoffeln	1/2 Stange Lauch	100 g Erbsen
1 Karotte	1 Knolle Ingwer	1 Zehe Knoblauch
1 Zwiebel, mittelgroß	100 ml Sahne	500 ml Gemüsesfond
1 EL Butter	1 EL Rapsöl	gemahlener Kümmel
Salz	Pfeffer	

Für die Quarkbrötchen:

125 g Magerquark	3 EL Milch	150 g Mehl
½ Päckchen Backpulver	1 TL Zucker	2 EL Rapsöl
helle Sesamsamen	gemahlener Kümmel	Salz

Für die Garnitur:

3 Zweige glatte Petersilie	2 TL Olivenöl	100 g Nordseekrabbenfleisch
----------------------------	---------------	-----------------------------

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Brötchen Magerquark, Milch, 125 Gramm Mehl, Backpulver, einen halben TL Zucker sowie Rapsöl und etwas Salz mit Handrührgerät vermengen und anschließend mit den Händen zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Wenn der Teig klebt, etwas Mehl hinzufügen. Anschließend kleine Brötchen formen und Oberseite nach Geschmack mit Sesam und Kümmel bestreuen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen, Brötchen hinaufgeben und auf mittlerer Schiene etwa 20 Minuten goldbraun backen. Anschließend Brötchen herausnehmen und abkühlen lassen.

Für die friesische Kartoffelsuppe Kartoffeln und Karotte waschen, schälen und in fingerdicke Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauchzehe abziehen und in Würfel schneiden. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin glasig dünsten. Kartoffel- und Karottenwürfel hinzufügen. Alles mit Gemüsesfond aufgießen.

Anschließend Ingwer schälen, reiben und den Abrieb mit ein wenig Kümmel zu Gemüse geben und kochen, bis es gar ist.

Lauch von äußeren Blättern befreien, putzen, waschen und in Ringe schneiden. Erbsen putzen und waschen. In weiterer Pfanne Butter erhitzen. Gemüse hinzugeben und bissfest dünsten.

Kartoffelsuppe pürieren, durch ein Sieb streichen und anschließend zurück in den Topf geben. Sahne hinzugeben, alles kurz aufkochen lassen und mit Salz sowie Pfeffer abschmecken.

Für Garnitur etwas Petersilie zupfen.

Friesische Kartoffelsuppe in tiefe Teller geben, Porree und Erbsen in die Mitte geben und Nordseekrabbenfleisch darüber streuen. Olivenöl hinzugeben und Suppe mit etwas Petersilie und Quarkbrötchen garnieren und servieren.

Anke Zimmermann am 20. Oktober 2015