

Süßkartoffel-Erdnuss-Suppe mit Popcorn-Topping

Für zwei Personen

Für die Suppe:

300 g Süßkartoffeln	3 ganze Tomaten, Dose	1 Schalotte
1 Knoblauchzehen	2 cm Ingwer	100 ml Kokosmilch
500 ml Gemüsefond	4 EL Erdnussmus	1 EL Erdnussöl
$\frac{1}{2}$ TL Sambal Oelek	2 EL rauchigen Whiskey	$\frac{1}{2}$ TL Korianderpulver
$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel	$\frac{1}{4}$ TL Cayennepfeffer	Salz, Pfeffer

Für das Popcorn:

55 g Popcornmais	2 EL Butterschmalz	$\frac{1}{2}$ TL geräuch. Paprikapulver
$\frac{1}{2}$ TL Salz		

Für das Pfannenbrot:

30 g frische Hefe	1 Ei, S	20 ml Milch
200 g Mehl	$\frac{1}{2}$ TL Backpulver	1 TL Öl
1 Prise Zucker	$\frac{1}{6}$ EL Salz	

Für die Garnitur:

2 EL geröstete Erdnüsse	3 Zweige Koriander
-------------------------	--------------------

Für die Suppe:

Den Backofen auf Gärstufe vorheizen.

Knoblauch und Schalotte abziehen. Süßkartoffel und Ingwer schälen.

Knoblauch, Schalotten, Süßkartoffel und Ingwer fein würfeln bzw. reiben.

Tomaten aus der Dose grob hacken oder mit den Händen zerdrücken.

Erdnussöl in einem Topf erhitzen. Schalotte, Ingwer, Knoblauch, Korianderpulver und Kreuzkümmel darin bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten anschwitzen.

Süßkartoffelwürfel, gehackte Tomaten, Kokosmilch, Erdnussmus, Cayennepfeffer, Paprikapulver und Sambal Oelek hinzufügen. Kurz umrühren und mit Gemüsefond ablöschen. Aufkochen lassen, die Hitze reduzieren und 15-20 Minuten köcheln lassen, bis die Süßkartoffel weich ist. Suppe vom Herd nehmen, Whisky hinzufügen und mit einem Pürierstab oder Mixer fein pürieren, bis sie cremig ist. Bei Bedarf noch etwas Wasser oder Fond hinzufügen, um die gewünschte Konsistenz zu erreichen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Popcorn:

Einen großen Topf mit Deckel bei mittlerer Hitze auf den Herd stellen.

Butterschmalz in den Topf geben und erhitzen. Popcornmais in den Topf geben und gleichmäßig im Fett verteilen. Den Deckel sofort auf den Topf setzen. Topf leicht schütteln, um sicherzustellen, dass die Maiskörner gleichmäßig erhitzt werden. Kurz warten, bis das Popcorn anfängt zu poppen. Wenn das Poppen langsamer wird, den Topf vom Herd nehmen. Popcorn in eine große Schüssel geben. Salz und Paprikapulver gleichmäßig über das Popcorn streuen und gut vermischen.

Für das Pfannenbrot:

Hefe mit 80 ml Wasser und Zucker verrühren. Restliche Zutaten dazugeben und 5-10 Minuten zu einem Teig verkneten. Teig halbieren, zu Kugeln formen und im Backofen bei der Gärstufe 15 Minuten gehen lassen.

Teigkugeln auf etwas Mehl 5 mm dick ausrollen. Pfannenbrot in einer vorgeheizten, be-

schichteten Pfanne von beiden Seiten ohne Fett je 3 Minuten backen.

Für die Garnitur:

Erdnüsse hacken. Koriander hacken. Suppe mit Popcorn, Erdnüssen und Koriander garnieren.

Oxana Domsch am 14. Mai 2025