Radieschen-Suppe

Ein Rezept aus der 5-Elemente-Lehre der Traditionellen Chinesischen Medizin: Diese Radieschen-Suppe ist lecker und gesund.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 30 min

Zutaten

350 g	Erdäpfel
1.5 l	Gemüsebrühe (heiß)
1 Prise	Kreuzkümmel
2 Stangen	Lauch
2 EL	Olivenöl
1 Schuss	Zitronensaft
3 EL	Petersilie
250 g	Radieschen
120 ml	Schlagobers
1 TL	Senfsamen
0.5 Stk.	Zitronenschalen
1 TL	Zucker (braun)
1 Stk.	Zwiebel (rot)

Zubereitung

1. Für die Radieschen-Suppe das Grün der Radieschen abschneiden, waschen, trockenschleudern und fein hacken. Radieschen selbst waschen, putzen, trockentupfen und raspeln. Kräftig salzen und einige Minuten ziehen lassen.

2. In der Zwischenzeit Zwiebel schälen und in sehr kleine Würfel schneiden. Lauch waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Erdäpfel schälen und ebenfalls würfeln.

3. Öl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebeln zusammen mit dem Senfsamen und Kreuzkümmel darin andünsten. Erdäpfel, Lauch, Zitronenschale und das Grün der Radieschen dazugeben und kurz mitdünsten lassen.

4. Mit Gemüsebrühe auffüllen, bis das Gemüse knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Mit geschlossenem Deckel ca. 20 Minuten lang leicht köcheln lassen.

5. Suppe mit dem Stabmixer pürieren. Schlagobers unterrühren. Mit Salz, Zitronensaft und Zucker abschmecken. In Suppenteller füllen, mit Petersilie garnieren und servieren.

Tipp

Anstatt der Petersilie können auch Schnittlauchringe oder andere Kräuter in die Radieschen-Suppe gegeben werden.