



GEWÜRZ WERKSTATT

arte in cucina

Pastinakensuppe mit Ras el Hanout

Zutaten:

- 1 EL Pflanzenöl
- 1 Zwiebel, feingewürfelt
- 2 Zehen Knoblauch, fein gewürfelt
- 3-4 große Pastinaken, geschält und in ca. 1 cm große Würfel geschnitten
- 1 1/2 TL Gewürzmischung, Ras el Hanout
- 1/2 TL Piment d'Espelette oder Chilipulver
- 1/2 TL Kreuzkümmel
- 1 1/2 Liter Gemüsebrühe, vegan
- 1 Zitrone, abgeriebene Schale und Saft
- Salz und Pfeffer, aus der Mühle
- etwas Honig
- 1/2 Bund Petersilie oder Koriander

Zubereitung:

Öl erhitzen in einem Topf erhitzen. Pastinakenwürfel, Zwiebelwürfel und Knoblauchwürfel, bei mittlerer Temperatur, ca. 5 Min. anbraten. Das Gemüse sollte nicht zu dunkel werden, da sich sonst Bitterstoffe entwickeln.

Gewürze zufügen und unter Rühren kurz mitdünsten, mit der Brühe auffüllen. Zitronenschale- und Saft zugeben und weitere 20 Min. köcheln lassen.

Einen Schaumlöffel voll Gemüse aus dem Topf holen und beiseite legen. Restliche Suppe pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Gemüsestückchen wieder zufügen.

Die Suppe nach eigenem Geschmack nachwürzen. Sie sollte leicht zitronig schmecken, aber nicht säuerlich sein.

Zum Schluss noch ein wenig Honig unterrühren. In Teller oder Gläser füllen und mit gehackter frischer Petersilie oder Koriander garnieren.