

## Rüebli- und Dörraprikosen-Suppe

Autor: KOCHEN



### ZUTATEN

- 400 g Rüebli
- 1 Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
- 50 g Dörraprikosen
- 1 Esslöffel Butter
- ① 1 Teelöffel Currypulver, scharf
- 1 Teelöffel Kreuzkümmel
- 2 dl Weisswein
- ② 1 l Gemüsebouillon
- 1 Orange
- 1 Zitrone
- 1 dl Rahm
- Salz, Pfeffer, aus der Mühle

### Für den Kleinhaushalt

- 2 Personen: Zutaten halbieren.
- 1 Person: Zutaten vierteln.

### Info

- Pro Portion
- 4 g Eiweiss
- 13 g Fett
- 17 g Kohlenhydrate
- 236 kKalorien
- 988 kJoule
- 6 ProPoints™

### Purinarm

### ZUBEREITUNG

Für 4 Personen

Nicht nur Dörraprikosen harmonisieren mit dem leicht süsslichen Aroma der Rüebli, auch gedörrte Pfirsiche oder Mangos wären eine passende Alternative.

- 1 Die Rüebli schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und hacken.
- 2 Die Dörraprikosen in feine Streifen schneiden.
- 3 In einer Pfanne die Butter erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten. Dann die Rüebli, den Curry und den Kreuzkümmel beifügen und 1-2 Minuten mitdünsten. Zuletzt die Dörraprikosen beifügen und alles mit Weisswein und Bouillon ablöschen. Zugedeckt weich kochen.
- 4 Inzwischen die Schale von 1/2 Orange fein abreiben. Den Saft der ganzen Orange auspressen. Beides zur Suppe geben.
- 5 Von der Zitrone die Schale fein abreiben und 1 Esslöffel Saft auspressen.
- 6 Den Rahm steif schlagen. Die Zitronenschale und den Saft beifügen, die Mischung mit Salz sowie Pfeffer würzen und bis zum Servieren kalt stellen.
- 7 Die Suppe mit dem Stabmixer sehr fein pürieren. Wenn nötig die Suppe mit etwas Bouillon verdünnen und mit Salz sowie Pfeffer würzen.
- 8 Die Suppe nochmals aufkochen und in tiefen Tellern anrichten. Den Zitronenrahm auf die Suppe geben und diese sofort servieren.

① nicht zuviel, besser nachwürzen

② eher 0,8-0,9L

③ am Schluss noch einige kleine Dörraprikosenstücke in den Teller