

Kürbis-Suppe, Gazpacho und kalte Maracuja-Suppe

😊 happy-mahlzeit.com/2021/08/05/kuerbis-suppe-gazpacho-und-kalte-maracuja-suppe

Zutaten für 2 Personen

Für die Kürbis-Suppe:

- 1 kleiner Hokkaidokürbis
- 2 Äpfel
- 2 Zwiebeln
- 1/2 rote Chilischote
- 1 Stück daumgroßer Ingwer
- 1 EL Kürbiskerne
- 500 ml Gemüsefond
- 125 ml Sahne
- 50 ml trockener Weißwein
- Olivenöl
- Muskatnuss
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Für die Gazpacho:

- 350 g Tomaten
- 150 g Salatgurke
- 50 g rote Paprika
- 50 g gelbe Paprika
- ½ rote Chilischote
- 1 Knoblauchzehe
- 50 g Zwiebeln
- 4 Scheiben Bacon
- 3 EL Balsamico
- 3 EL Olivenöl
- Salz
- Weißer Pfeffer

Für die Maracuja-Suppe:

- 4 Maracuja
- 1 Orange
- 1 Limette
- 2 küchenfertige Garnelen
- 2 EL Crème fraîche

- 150 ml Orangensaft
- 40 ml Sonnenblumenöl
- 1 Stiel Schnittlauch
- 1 TL Puderzucker

Zubereitung:

Für die Kürbis-Suppe Zwiebeln häuten und fein hacken. Chilischote halbieren, von Strunk und Kernen befreien und eine Hälfte für die Gazpacho beiseitelegen. Die andere Hälfte fein hacken. Den Hokkaidokürbis waschen, halbieren, vom Strunk befreien, die Kerne herauskratzen und den Kürbis grob würfeln. Äpfel schälen, entkernen und klein schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel, Kürbis, Chili und Äpfel darin anschwitzen. Nach wenigen Minuten mit Fond ablöschen, kurz aufkochen lassen, die Hitze reduzieren und den Kürbis gar kochen. Anschließend mit dem Pürierstab zu einer glatten Suppe mixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sahne hinzufügen und erneut kurz aufkochen lassen. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten und für die Garnitur beiseitelegen.

Für die Gazpacho Tomate, Gurke und Paprika waschen von Schale und Strunk befreien und fein würfeln. Die zurück gelegte halbe Chilischote ebenfalls von Strunk und Kernen befreien und in feine Streifen schneiden. Knoblauch und Zwiebel schälen und hacken. Je 1 Stück rote und gelbe Paprika sowie 1 Stück Zwiebel für die Garnitur zurück behalten und auf einen Holzspieß aufspießen. Das gesamte restliche Gemüse inkl. Knoblauch und Zwiebeln fein pürieren. Balsamicoessig und Olivenöl hinzufügen und untermixen. Das Gemüsepüree durch ein feines Sieb streichen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und kalt stellen.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Gemüse-Spieß darin von allen Seiten kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Maracuja-Shot die Maracujas halbieren und das Fruchtfleisch mit einem Teelöffel herauslösen. Das Fruchtfleisch zusammen mit dem Orangensaft pürieren. Das Fruchtpüree durch ein Sieb in eine Schüssel streichen. Puderzucker und Crème fraîche hinzufügen und glatt rühren.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Garnelen darin anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und ebenfalls auf einen Holzspieß aufspießen.

Dreierlei Suppen in kleinen Schälchen anrichten. Kürbis-Suppe mit Kürbiskernen, Gazpacho mit Gemüse-Spieß und Maracuja-Shot mit Garnelen-Spieß garnieren und servieren.

Rezept: Jan Beßel

Quelle: Die Küchenschlacht vom 2. August 2016

Episode: Vorspeisen