

Hier und heute



Kohlrabi-Kokos-Suppe mit Fleischbällchen

Sterne Koch Alexander Wulf macht eine einfache, exotische und köstliche Kohlrabi-Kokos-Suppe. Kohlrabi hat gerade Saison und ist super gesund. Ein Highlight in der Suppe sind die Fleischbällchen, die auch gut zu jeder anderen Suppe passen.

Rezept

Kohlrabi-Kokos-Suppe mit Fleischbällchen

von Alexander Wulf, für zwei Portionen oder als Vorspeise für vier Portionen

Zutaten Kohlrabi-Kokos-Suppe

- 2 Kohlrabi, geschält und in Würfel geschnitten
- 2 Schalotten, geschält und in Würfel geschnitten
- 50 g Butter
- 1 Chili
- Salz, Pfeffer
- 50 ml Orangensaft
- 500 ml Geflügelfond
- 500 ml Kokosmilch
- Muskatnuss
- Saft einer Limette
- 2 Limettenblätter
- 1 EL Ingwer, geschält und fein geschnitten
- 1 Zitronengras (angeschlagen mit einem schweren Gegenstand)
-

Zubereitung

Die Kohlrabi und die Schalotten in Butter anschwitzen, Ingwer und Chili dazugeben und ebenfalls gut anschwitzen.

Mit Limettenblättern verfeinern. Den Limetten- und Orangensaft, den Geflügelfond und die Kokosmilch dazugeben und zum Kochen bringen. Das Zitronengras dazu geben und circa 5 Minuten kochen lassen. Das Zitronengras wieder rausnehmen und mit einem Pürierstab pürieren und durch ein Feinhaarsieb passieren. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss abschmecken und aufgeschäumt anrichten.

Zutaten Fleischbällchen

- 200 g Gehacktes, halb und halb
- 3 Schalotten, klein geschnitten und in 50 g Butter angeschwitzt
- 1 Ei
- 2 EL Panko
- Salz, Pfeffer
- 3 EL Petersilie, klein geschnitten
- 20 ml Milch
- 1 Lorbeerblatt für das Kochwasser
- etwas Koriander zur Deko

Zubereitung

Alle Zutaten miteinander vermengen und in kleine Bällchen rollen. Im kochenden, gesalzenen Wasser und einem Lorbeerblatt für circa 5 Minuten abkochen. Die Kokosuppe mit den Bällchen verfeinern. Mit frischem Koriander dekorieren.