



Kalte Fenchelsuppe mit Tomatenwürfelchen

Kalte Suppen sind in der warmen Jahreszeit immer ein Genuss. Auch Fenchel, mit seinem kräftigen Geschmack ist da eine gute Wahl. Ich habe die Suppe ohne Bouillon gekocht und stattdessen nur mit Salz gewürzt. So steht der Geschmack des Fenchels mehr im Vordergrund. Nichts gegen ein gute Bouillon, aber sie muss nicht die Grundlage jeder Suppe sein, denn sie macht die Suppen auch uniform. Der Suppe habe ich nebst Sauerrahm noch etwas Zitronensaft zugegeben. Das verpasst der kalten Suppe einen schönen frischen Gusto. Ein paar Tomatenwürfelchen geben der Suppe einen farblichen Kontrast und sie passen auch geschmacklich gut in diese frische Fenchelsuppe.

Zutaten (3-4 Vorspeisen)

1 grosser Fenchel (ca. 500g)
1 Kartoffel
1/2 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1dl Noilly Prat
2 Datteltomaten
1El Zitronensaft
Zitronenschale
1El Sauerrahm
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Zwiebel hacken und in Bratbutter anrösten bis sie ganz leicht braun wird. Kartoffel in kleine Würfel schneiden. Knoblauch hacken. Beides zu der Zwiebel geben und kurz mitrösten. Mit Noilly Prat ablöschen und 2-3 Minuten köcheln lassen.

Fenchelkraut abzupfen und beiseite legen, es wird zum Schluss als Dekoration

verwendet.

Fenchel in kleine Würfel schneiden und zugeben. Kurz mitdünsten und dabei ein paar Mal wenden.

5dl Wasser dazugiessen und aufkochen. Mit Salz und Pfeffer zurückhaltend würzen (Abgeschmeckt wird später). 20 Minuten köcheln lassen.

Suppe in ein hohes Gefäss füllen und mit dem Stabmixer pürieren. Das spritzt weniger als das Pürieren direkt in der Pfanne.

Suppe zurück in die Pfanne geben. Zitronensaft und Sauerrahm zugeben, leicht erhitzen und rühren bis sich der Sauerrahm aufgelöst hat. Ev. nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Suppe auskühlen lassen, zuerst im kalten Wasserbad, danach ca. 2 Stunden im Kühlschrank.

Anrichten:

Datteltomaten von den Kernen befreien und in kleine Würfel schneiden und unter die kalte Suppe mischen. Die Suppe soll kühl, aber nicht eiskalt serviert werden.

Suppe mit Fenchelkraut und Zitronenzesten garnieren.



