

Hier und heute



Kastanienschaumsüppchen

Esskastanien machen satt und stecken voller Nährstoffe. Olaf Baumeister zaubert daraus ein Schaumsüppchen mit Apfelstücken, das das Zeug hat zum neuen Suppen-Favoriten.

Das Rezept

von Olaf Baumeister für vier kleine Portionen

Zutaten

- 300 g Esskastanien oder Maronen
- 2 Schalotten
- 150 ml Portwein oder Rotwein
- 1 l Rinder- oder Gemüsebrühe
- 200 ml Milch
- 100 ml Sahne
- Salz, schwarzer Pfeffer und Muskatnuss
- 1 säuerlicher Apfel, z. B. Granny Smith
- 1 TL Butter

Zubereitung

Maronen kreuzweise einritzen und im Backofen bei 220 Grad kräftig anrösten bis sie aufplatzen. Etwas auskühlen lassen. Dann von der Schale befreien und grob würfeln. Die Schalotten schälen und fein würfeln. Den Apfel vom Kerngehäuse befreien und ebenfalls fein würfeln. Die Hälfte der Apfelwürfel zusammen mit den Schalotten und den Kastanien in einem Topf mit etwas Butter glasig dünsten. Mit dem Portwein ablöschen und diesen unter ständigem Rühren fast vollständig verkochen lassen. Alles mit der Brühe auffüllen und einmal aufkochen. Bei kleiner Temperatur zehn Minuten köcheln. Sahne und Milch beifügen, noch einmal aufkochen und alles mit dem Zauberstab fein mixen. Die fertige Suppe mit Salz, schwarzem Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Mit den Apfelwürfeln servieren.

Tipps

- Wer die Suppe etwas feiner haben möchte, kann sie durch ein Sieb geben.
- Toll sieht ein Häubchen auf der Suppe aus. Dafür etwas Milch in einem Topf erwärmen, aufschäumen und auf die fertige Suppe geben. Das sieht dann wie ein Cappuccino aus.