

Vegetarische Rezepte

Linsencremesuppe

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Suppe, Vegetarisch, Vorspeise

LINSENCREMESUPPE

150 g	Rote Linsen	1,20 Liter	Gemüsefond
1 kleine	Zwiebel	125 ml	Schlagsahne
1	Knoblauchzehe		Salz und Pfeffer aus der - Mühle
50 g	Porree (nur das Weiße)		
50 g	Staudensellerie	1/2	Msp. Nelkenpulver
30 g	Butter	1	Lorbeerblatt
100 ml	Weißwein		

MANGO-SÄCKCHEN

1	Reife Mango (ca. 200 g)	1	Eiweiß (Kl. M)
3	Basilikumblätter (evtl. - mehr)	3	Blätter Filoteig (49x36 cm)
1 Teel.	Süße ChilisaUCE	Ö Liter	zum Frittieren Balsamessig

1. Linsen kurz abspülen, in einem Sieb abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch fein schneiden. Porree und Sellerie putzen und klein schneiden. Zwiebel und Knoblauch in der Butter ohne Farbe andünsten. Porree, Sellerie und Linsen zugeben, 5 Minuten dünsten. Wein, Fond und Sahne dazugießen. Mit Salz, Pfeffer, Nelken und Lorbeer würzen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze 10 Minuten garen, dann 30 Minuten offen bei milder Hitze garen. Lorbeer entfernen, 2 El Gemüse beiseite stellen. Suppe mit dem Schneidstab fein pürieren und warm stellen.

2. Mango schälen, Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Basilikum in feine Streifen schneiden, mit Mango und ChilisaUCE mischen. Filoteig in 16 je 15 cm große Quadrate schneiden. 8 Quadrate in der Mitte mit Eiweiß bestreichen, restliche Blätter auflegen und leicht andrücken. Auf jedes Quadrat 1 Tl Mango ohne Flüssigkeit verteilen. Teig um die Füllung herum mit Eiweiß bestreichen und fest zu Säckchen verschließen. Im 180 Grad heißen Öl ausbacken, auf Küchenpapier abtropfen lassen.

3. Die Suppe mit dem Schneidstab aufschäumen und in Teller gießen. Mit dem restlichen Gemüse bestreuen, mit Essig beträufeln. Sofort mit den Mango-Säckchen servieren.

: Zubereitungszeit 1:20 Stunden