

Zitronen-Lauch-Suppe



ZUTATEN



Für 4-6 Personen

25 g Butter

Salz, Pfeffer schwarz, aus der Mühle

1 Esslöffel Zucker **gestrichen**

0.5 dl Weisswein

0.5 dl Sherry **trocken**

1 dl Rahm

1 Bund Petersilie glattblättrig, oder Kerbel

300 g Lauch

1 Liter Gemüsebouillon

2 Eigelbe

1 Zitrone



TIPP

Es ist eine Frage der persönlichen Vorliebe, wie "sauer" die Suppe sein soll; im Zweifelsfall lieber zuerst nur die Hälfte des Zitronensaftes beifügen - nachgeben kann man immer, aber herausnehmen nicht mehr!

ZUBEREITUNG

- 1** Die Schale der Zitrone mit einem Zestenmesser in dünnen Streifen ablösen; man kann sie auch mit dem Sparschäler hauchdünn (nur das Gelbe!) abschälen und anschliessend in feinste Streifen schneiden. In wenig kochendem Wasser 1 Minute blanchieren, dann abschütten.
- 2** Die Zitronenstreifen mit dem Zucker und 1 dl Wasser in ein Pfännchen geben. So lange kochen, bis alle Flüssigkeit verdampft ist. Beiseite stellen.
- 3** Den Saft der Zitrone auspressen.
- 4** Den Lauch rüsten und in Ringe schneiden. In einer mittleren Pfanne in der warmen Butter andünsten. Mit dem Sherry, dem Weisswein und gut der Hälfte des Zitronensaftes ablöschen. Aufkochen, dann die Bouillon beifügen und die Suppe zugedeckt 10 Minuten kochen lassen.
- 5** Inzwischen Kerbel oder Petersilie hacken. Die Eigelb mit dem restlichen Zitronensaft verrühren, dann den Rahm beifügen und mit Salz und Pfeffer würzen.
- 6** Die Suppe mit dem Stabmixer oder im Mixer fein pürieren. Nochmals aufkochen und mit Salz sowie Pfeffer würzen. Die Eigelbmischung und die Kräuter beifügen, die Suppe nur noch gut heiss werden lassen und wenn nötig mit Zitronensaft abschmecken. In tiefen Tellern oder Tassen anrichten und mit den Zitronenstreifen garnieren.

NÄHRWERT

Pro Portion

6 g Kohlenhydrate

3 g Eiweiss

12 g Fett

163 g kKalorien

ERSCHIENEN IN

12 | 2004, S.17