

Suppen festival

meets
Pop up Suppen Restaurant
Leckere Suppen aus aller Welt

Türkische Linsensuppe

Zutaten für 8 Liter Suppe

- * 2 große Zwiebeln
- * 1 Teeglas Olivenöl
- * 1 EL Tomatenmark
- * 1 EL Paprikamark
- * 1 EL getrocknete Minze
- * 1 kg rote Linsen
- * 1 Wasserglas Bulgur
- * 1 TL Mehl, gebraten



Linsen und Bulgur in ausreichend Wasser ca. eine Stunde kochen und dabei häufig umrühren. Zwiebeln klein schneiden und mit Tomatenmark, Minze und Paprikamark in Olivenöl anbraten. Danach das Mehl extra anbraten, mit 1/2 Liter Wasser ablöschen und in die Suppe geben. Alles zusammen noch ungefähr 5 Minuten kochen lassen.

Guten Appetit!

Suppen festival

meets
Pop up Suppen Restaurant
Leckere Suppen aus aller Welt

Thailändische kalte Avocado-Suppe

Zutaten

- 2 Avocados reif, weich
- 1 Knoblauchzehe
- 1 kleine Zwiebel
- 1 Stängel Minze
- 700 ml Gemüsebrühe
- 1 EL Essig (Reisessig)
- 1 EL Sojasoße, helle
- Salz, Pfeffer
- 2 EL Creme fraiche
- 2 TL Limettensaft
- Limette schale feingerieben
- 1 EL Koriander, frisch, gehackt



Avocados halbieren und entkernen. Das Fruchtfleisch herausschaben. Zusammen mit Zwiebel, Knoblauch, Minze, Koriander, Limettensaft und der Hälfte der Brühe in einen Mixer geben und pürieren. Die Mischung in eine Schüssel füllen. Die restliche Brühe, Reisessig und Sojasoße zugießen und gut verrühren. Mit Salz und Pfeffer und evtl. zusätzlichem Limettensaft abschmecken. Abdecken und bis zum Verzehr kalt stellen.

Für die Garnierung Crème fraiche, Koriander und Limettensaft vermischen. Die Suppe in gekühlte Schälchen füllen, mit einem Löffel Limetten-Koriander-Sahne garnieren und mit der Limettenschale bestreuen.

Guten Appetit!

Suppen festival

meets
Pop up Suppen Restaurant
Leckere Suppen aus aller Welt

Rumänische Hackbällchensuppe

Zutaten

- * 2 kg Rindergehacktes
- * 500 g Zwiebeln
- * 300 g Karotten
- * 3 Paprika
- * 1 Dose geschälte Tomaten
- * 150 g Reis
- * 2 EL Zitronensaft
- * Gemüse- oder Fleischbrühe
- * Salz und Pfeffer zum Würzen



Zunächst das Hackfleisch mit halbgarem Reis, gedünsteten Zwiebeln, Salz und Pfeffer zu einem Teig verarbeiten und zu kleinen Bällchen formen. Dann das Gemüse kleinschneiden und rösten. Anschließend mit einer Gemüse- oder Fleischbrühe auffüllen. Wenn die Suppe kocht, die Klößchen hinzugeben und fertig garen. Gewürzt wird mit schwarzem Pfeffer und Zitronensaft. Die Suppe kann vor dem Servieren mit etwas saurer Sahne und Kräutern wie Petersilie oder Dill verfeinert werden.

Guten Appetit!

Suppen festival

meets
Pop up Suppen Restaurant
Leckere Suppen aus aller Welt

Hühnermehlsuppe

Zutaten

- * 1 TL Pfeffer
- * 1 TL Cayennepfeffer
- * 1 EL Tomatenmark
- * 4 Hühnerkeulen
- * 1 große Tasse Mehl
- * Öl und Salz nach Bedarf



Hühnerkeulen abkochen. Haut und Knochen entfernen und Fleisch in Stücke schneiden. Öl, Tomatenmark, Pfeffer, Cayennepfeffer und das aufgekochte Wasser (Hühnerbrühe) dazugeben und gut umrühren. Mehl in einem extra Topf braun braten und mit Wasser ablöschen, rühren bis es cremig wird. Zuletzt die MehlsöÙe zum Fleisch geben, etwas Wasser dazugeben und köcheln lassen.

Guten Appetit!