



Rezept

Fenchel-Mandelsuppe mit Croûtons

Köstliches Zweierlei – cremige Suppe mit Crunch

15 Min

Aktive Zeit



35 Min

Gesamtzeit



Zutatenliste für 4 Personen

SUPPE

250 g Fenchel, Grün und wenig Fenchel beiseitegelegt, Rest klein gewürfelt

1 Zwiebel, gehackt **Saison**

1 EL Rapsöl

1/2 TL Fenchelsamen, im Mörser fein zerdrückt

80 g Gemahlene geschälte Mandeln

3 dl Gemüsebouillon

5 dl Mandelmilch

1/2 dl Noilly Prat (franz. Wermut)

Salz, Pfeffer

CROÛTONS

2 Scheiben Toastbrot oder Brot, in kleine Würfel geschnitten

1 EL Bratbutter

1 Knoblauchzehe, gepresst

Salz, Pfeffer

Und so wird's gemacht

1 von 2

SUPPE

Zwiebel im warmen Öl andämpfen, Fenchelsamen, Fenchelwürfel und Mandeln begeben, mitdämpfen. Mit Bouillon ablöschen, aufkochen. Mandelmilch dazugiessen, Fenchel ca. 20 Minuten weich köcheln. Suppe fein pürieren, Noilly Prat dazugeben, würzen. Beiseite gelegten Fenchel fein hobeln.

2 von 2

CROÛTONS

Brotwürfel in der heissen Bratbutter knusprig braten, Knoblauch begeben, kurz mitbraten, würzen. Suppe in Teller verteilen, Croûtons, gehobelter Fenchel und Fenchelgrün darauf verteilen.

