

Eisgekühlte Zucchini-Basilikum-Suppe



© le menu

ZUTATEN

ZUBEREITEN: ca. 30 Minuten
 KÜHL STELLEN: ca. 3 Stunden
 BACKEN: ca. 5 Minuten

Für 4 Personen

Backpapier für das Blech

Suppe

½ EL Butter

1 Zwiebel, fein gehackt

2 Knoblauchzehen, gepresst

500 g Zucchini, in Stücken

0,5 dl Weisswein

4 dl Wasser

1 TL Salz, wenig Pfeffer

1 Bund Basilikum, geschnitten

Eiswürfel

Basilikum zum Garnieren

Brot-Chips mit Basilikum-Öl

5 EL Rapsöl

1 Knoblauchzehe, halbiert

¾ Bund Basilikum, fein geschnitten

100 g Baguette vom Vortag, in
 hauchdünnen Scheiben

Fleur de Sel

NÄHRWERTE

Pro Portion / pro Stück: kcal 261, Fett 17g, Kohlenhydrate 19g, Eiweiss 5g

ZUBEREITUNG

1 Suppe: Butter erwärmen, Zwiebel und Knoblauch andämpfen. Zucchini beifügen, 5 Minuten mitdämpfen. Wein dazugießen, zur Hälfte einkochen. Wasser dazugießen, aufkochen, würzen. Suppe zugedeckt 10–15 Minuten köcheln.

2 Suppe pürrieren, auskühlen, zugedeckt 2–3 Stunden kühl stellen. Kurz vor dem Servieren Basilikum beifügen, nochmals kurz pürrieren. Suppe anrichten, Eiswürfel begeben, mit Basilikum garnieren.

3 Brot-Chips mit Basilikum-Öl: Öl und Knoblauch erwärmen, auskühlen. Basilikum beifügen, fein pürrieren. Broteisbeiben auf das vorbereitete Blech verteilen. In der Mitte des auf 220°C vorgeheizten Ofens 3–5 Minuten knusprig backen. Broteisbeiben mit dem Basilikum-Öl beträufeln, salzen, zur Suppe servieren.

