

8) Alpenglühen

Schweiz

Die Schweiz ist ein Alpenland, in dem Bodenerzeugnisse und die Milchviehhaltung nicht nur die traditionelle Küche, sondern auch die Landschaft wesentlich mitgeprägt haben. Die Sennwirtschaft ist noch heute bis an die Ränder, an denen die Kulturlandschaft in die raue Berglandschaft übergeht, von Bedeutung. Die Schweiz steht für Bodenständigkeit und Tradition. Das schlägt sich auch in den Zutaten für unsere Suppe nieder.

Wurzelgemüse, Äpfel und Sahne sind die traditionellen Grundlagen der Suppe, die vor allem in der kalten Jahreszeit ihre Trümpfe ausspielt. Die Grundfarbe der Suppe erinnert an die Lichtstimmung in den Alpen bei Sonnenuntergang, wenn die sog. erste Färbung, die Bergspitzen in orange und rote Töne taucht und das Alpenglühen als Naturspektakel erzeugt.

Zutaten (für 4 Portionen):

- 200 g Petersilienwurzel
- 1 mehlig kochende Kartoffel
- 1 Karotte
- ½ Süßkartoffel
- 200 g Äpfel, z. B. Boskoop
- 1 Stück Bio-Zitronenschale
- geschmacksneutrales Öl, z. B. Rapsöl
- 750 ml Gemüsebrühe
- 100 ml vegane Sahne
- Salz, Pfeffer, Zucker,
- Zitronensaft & Apfelsaft zum Abschmecken
- Topping: Süßkartoffel-Chips: 1 Süßkartoffel, in dünne Scheiben gehobelt

Zubereitung:

Petersilienwurzel, Kartoffel, Äpfel schälen und in Stücke schneiden.

Mit der Zitronenschale im Öl andünsten.

Mit der Hälfte der Gemüsebrühe ablöschen.

Zugedeckt bei kleiner Hitze sehr weich kochen, Zitronenschale entfernen und pürieren.

So viel Gemüsebrühe wie nötig dazugießen, kurz aufkochen.

Vegane Sahne dazugeben,

mit Salz, Pfeffer & Zucker würzen,

mit Zitronen- & Apfelsaft abschmecken.

Chips:

Süßkartoffelscheiben auf ein Blech mit Backpapier legen und bei geringer Hitze und leicht geöffneter Backofentür im Backofen lassen, bis sie knusprig sind.

Suppe mit den Chips als Topping servieren.

Guten Appetit!

Vegan!