



Kartoffelsuppe mit Hirsebällchen

ein raffiniertes Rezept

Zutaten:

für die Suppe:

- 500 gr. Kartoffeln,
- 2 Schalotten,
- 2 Knoblauchzehen,
- 100 ml Kokosmilch,
- 2 EL Olivenöl,
- 100 ml Weißwein,
- 500 ml Gemüsebrühe (bzw. 500 ml Wasser mit 2 vegetabilen Suppenwürfel natürlich ohne Glutamat,
- 1 Stange Zimt,
- Salz,
- Pfeffer,
- Ingwer (in der Größe eines Würfelzuckers)

für die Hirsebällchen:

- 150 gr. Hirse,
- 100 gr. Tofu,
- 6 getrocknete Tomaten (in Öl eingelegt),
- Korriander (1 Teelöffel),
- 150 gr. Kichererbsen,
- 1 Schalotte,
- 1 Knoblauchzehe,
- Salz Pfeffer

Zubereitung:

Kartoffeln schälen und würfelig schneiden, Schalotten würfelig schneiden und gepressten Knoblauch anschwitzen.

Anschließend mit Weißwein ablöschen, 5 Min.leicht köcheln lassen, dann Gemüsebrühe dazu, weitere 5 Min. köcheln lassen.

Mit einem Pürrierstab die Suppe pürrieren und die Kokosmilch beimengen - fertig ist die Suppe

Jetzt die Hirsebällchen: Hirse mit Schlotten und Knoblauch anschwitzen und mit Wasser (doppelte Menge der Hirse) ablöschen und salzen, bis die Hirse weich ist kochen. Während die Hirse köchelt, Tofu, getrockneten Tomaten und Kichererbsen, Salz, Pfeffer und Korriander vermengen und mit dem Pürrierstab pürrieren und mit der gekochten Hirse vermengen und Bällchen (etwa so groß wie Tischtennisbälle) formen und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl braten. Fertig sind die Bällchen

Die gehackte Dille mit Salz und Olivenöl vermengen und zur Suppe gemeinsam mit den Hirsebällchen reichen.

Mahlzeit

zum Schluss 4 Esslöffel Olivenöl, 1 Prise Salz und 1/2 Bund Dill (kleingehackt) vermischen und in den Suppenteller geben