



## Räucherforellen-Crostinis

mit Kartoffel-Lauch-Cremesuppe



20-30min



2 Personen

Diese Cremesuppe wärmt so richtig von innen und ist damit perfekt für die kalten Tage! Lauch und Petersilie geben der Suppe die schöne Farbe und einen intensiven Geschmack. Dazu reichen wir knusprige Crostinis mit einer feinen Creme aus geräucherter Forelle, dessen Fleisch sehr zart ist und uns mit einer großen Portion Omega 3 Fettsäuren versorgt!

## Was du von uns bekommst

- Aufbackbaguette <sup>1</sup>
- Zwiebel
- frische Petersilie
- Alles im Grünen
- Sauerrahm <sup>7</sup>
- Kartoffeln
- Lauch
- geräucherte Forellenfilets <sup>4</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Gemüsesuppenwürfel
- Pflanzenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer

## Küchenutensilien

- Backblech
- Backrohr mit Umluftfunktion
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Sparschäler
- Stabmixer

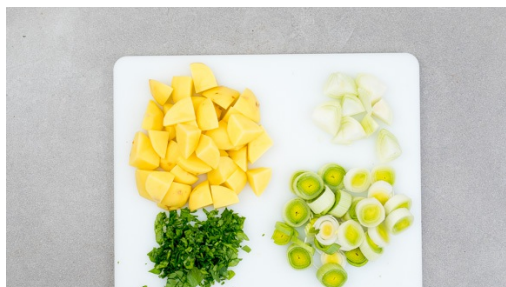
Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

### Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

### Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 719.0kcal, Fett 27.0g, Eiweiß 29.0g, Kohlenhydrate 81.4g



### 1. Gemüse schneiden

Backrohr auf 210°C Umluft vorheizen. **Zwiebel** schälen und halbieren, dann in 1cm Würfel schneiden. **Kartoffeln** schälen und in 2cm Stücke schneiden. **Lauch** waschen und in ca. 1cm breite Ringe schneiden. **Petersilie** inkl. Stiele klein hacken.



### 4. Baguette schneiden

**Baguettescheiben** in schräge 1cm dicke Scheiben schneiden.



### 2. Suppe kochen

Einen mittleren Topf mit 1EL Öl auf mittelhohe Stufe erhitzen. Die **Zwiebeln** darin ca. 3-4Min. anbraten bis sie leicht bräunen. Dann die **Kartoffeln**, den **Lauch**, ein Gemüsesuppenwürfel, **Alles im Grünen Kräutermischung**, 1TL Salz und 600ml Wasser dazugeben. Alles ca. 10-15Min. zugedeckt köcheln.



### 5. Crostini backen

**Baguettescheiben** auf ein Backblech verteilen und im Backrohr auf der unteren Schiene ca. 5Min. knusprig backen. Anschließend aus dem Backrohr nehmen und die **Forellencreme** gleichmäßig auf die **Baguettescheiben** verteilen.



### 3. Forellencreme zubereiten

Inzwischen die **Räucherforelle** mit zwei Gabeln auseinander zupfen. **Hälfte** vom **Sauerrahm** mit der **Forelle** verrühren, dann mit einem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit 1TL der gehackten **Petersilie** vermischen.



### 6. Suppe pürieren

Zum Schluss die **Suppe** mit dem Stabmixer fein pürieren, übrigen **Sauerrahm** und übrige **Petersilie** zugeben und erneut fein pürieren, evtl. mit Salz und Pfeffer nachwürzen und die **Suppe** mit den warmen **Forellen-Crostini** servieren.