



Skandinavische Kartoffelsuppe

mit Räucherlachsspitzen und Dill



20-30Min.



3-4 Personen

Unsere Nachbarn im hohen Norden wissen das eine und andere vom guten Leben – dieser Trend der Gemütlichkeit und Zufriedenheit zieht heute auch in deine Küche ein! Es gibt eine wohltuend-cremige Kartoffelsuppe mit geräuchertem Lachs und frischem Dill. Ein paar Kerzen dazu und schon wird es ganz „hyggelig“.

Was du von uns bekommst

- 20g frischer Dill
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 1 Stange Lauch
- 2 Gemüsebrühwürfel ⁹
- 2 Packungen Räucherlachsspitzen ⁴
- 1 unbehandelte Limette

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- großer Kochtopf
- Küchenreibe
- Messbecher
- mittelgroße Pfanne
- Sparschäler
- Stabmixer
- Wasserkocher
- Zitronenpresse

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

Kochtipp

Vorsicht, der Fisch kann Gräten enthalten. Diese ggf. mit einer Pinzette entfernen oder beim Essen darauf achten.

Allergene

Fisch (4), Milch (7), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 672.0kcal, Fett 39.7g, Eiweiß 31.8g, Kohlenhydrate 44.3g



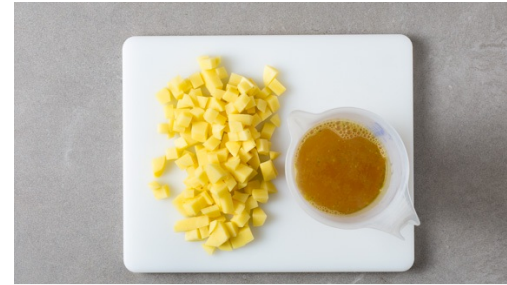
1. Lauch schneiden

Den **Lauch** - weiß und grün getrennt - in feine Ringe schneiden. Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen. Die **Dillspitzen** von den Stängeln zupfen und fein hacken. Die **Dillstängel** grob hacken.



4. Kartoffeln braten

Währenddessen die **restlichen Kartoffelwürfel** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 6-8Min. anbraten. In der letzten Minute den **grünen Lauch** mitbraten.



2. Kartoffeln schneiden

Die **Kartoffeln** schälen und in ca. 1cm große Würfel schneiden. Ca. 1L Wasser in einem Wasserkocher aufkochen und die **Brühwürfel** im heißen Wasser auflösen.



5. Fisch vorbereiten

Den **Räucherlachs** ggf. mit einem scharfen Messer von der Haut befreien und in grobe Stücke teilen. **Vorsicht**, der **Fisch** kann Gräten enthalten. Diese ggf. mit einer Pinzette entfernen oder später beim Essen darauf achten.



3. Suppe ansetzen

Den **weißen Lauch** mit den **grob gehackten Dillstängeln** in einem großen Topf mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze ca. 1-2Min. farblos anschwitzen. Mit der **Brühe** ablöschen, ca. **3/4 der Kartoffelwürfel** hinzugeben und alles ca. 10-12Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen.



6. Suppe fertigstellen

Die **Crème fraîche** in die **Suppe** rühren, die **Suppe** einmal aufkochen lassen und **je nach Wunsch** cremig oder stückig pürieren. Ggf. etwas heißes Wasser hinzugeben, falls die Suppe zu dickflüssig ist. Mit **Limettensaft und -abrieb** sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Die **Suppe** mit **Lachs, Kartoffelwürfeln** und **Dillspitzen** garniert servieren.