



## Suppen

### Feine Apfel-Sellerie-Suppe

#### Zutaten für 4 Portionen:

300 g Sellerieknolle	E
1 Apfel, süß-säuerlich	E
30 g Butter / Ghee	E
100 ml Apfelwein oder Apfelsaft	H
500 ml Gemüsebrühe	H
200 ml Sahne	E
1 Prise Kardamom	M
1 Prise Paprikapulver	F
2 Stangen Staudensellerie	E
1 Apfel, süß-säuerlich	E
Meer- oder Steinsalz	W
Pfeffer a. d. Mühle	M
Saft von ½ Zitrone	H
2 EL Olivenöl	E
1 EL Vollrohrzucker	E
50 g Butter	E
¼ Bund frische Petersilie	H

#### Vorbereitung:

Sellerie und Apfel schälen und in Würfeln schneiden. Zweiten Apfel waschen, Kerngehäuse ausstechen und dann erst in Scheiben und anschließend in mundgerechte Stücke schneiden. Staudensellerie putzen, schälen und ebenfalls in mundgerechte Stücke schneiden. Petersilie waschen, trocken tupfen und fein hacken.

#### Zubereitung:

In einem heißen Topf Butter bzw. Ghee geben und die Selleriewürfel darin anschwitzen. Mit einer kleinen Prise Paprikapulver, Kardamom und wenig Meersalz würzen und die geschälten Apfelwürfel dazugeben.

Mit dem Apfelwein/-saft ablöschen, mit der Brühe und Sahne auffüllen und bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten leise kochen lassen.

Die Selleriesuppe mit einem Pürierstab pürieren und durch ein feines Sieb streichen. Anschließend mit Pfeffer, Meersalz und Zitronensaft gut abschmecken.

Den Staudensellerie- und die Apfelstücke in dem heißen Olivenöl anbraten, mit Vollrohrzucker bestreuen und diesen karamellisieren lassen.

Butter in die Suppe geben, schaumig aufmixen, in Tassen oder tiefe Teller verteilen und karamellisierten Staudensellerie und Apfel darauf verteilen. Mit der Petersilie garnieren

Erläuterung der Kürzel für das 5-Elemente-Kochen - Element / Geschmacksrichtung:

**H** = Holz/sauer, **F** = Feuer/bitter, **E** = Erde/süß, **M** = Metall/scharf, **W** = Wasser/salzig

#### Quellen-Angabe:

© Claudia Earp