



Cremige Topinambursuppe,

getoppt mit knusprigem Pistazien-Ciabatta-Crumble



HELLO TOPINAMBUR

Ihr interessanter Name leitet sich vom Indianervolk der Topinambá ab. Spitznamen gibt's aber viele! Unser liebster: Jerusalem-Artischocke.



Topinambur



Schalotte



Knoblauchzehe



Sahne



Pistazien



dunkle Ciabattabrötchen



Balsamico-Crème



Ahornsirup



Knollensellerie

35 Minuten

Stufe 1

Veggie

leichter Genuss

Cremige Suppen wärmen uns an kalten Tagen schnell auf und sind durch die große Menge an Gemüse auch noch voller **Ballaststoffe**. So schummelst Du Dich und Deine Lieben einfach und schnell gesund. Für's Auge gibt es knusprige Pistazien-Ciabatta-Crumble. Die geben Deiner Suppe außerdem das gewisse Etwas. Also losgekocht und losgelöffelt. Guten Appetit!

Wasche das **Gemüse** ab. Erhitze **700 ml [1400 ml]** Wasser im **Wasserkocher**. Heize den **Backofen** auf **180 °C** Ober-/Unterhitze (**160 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **1 großen Topf** (mit **Deckel**), **Backpapier**, ein **Backblech**, einen **Pürierstab** und **1 große Schüssel**.



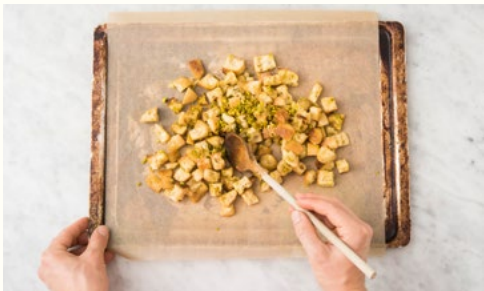
1 ZU BEGINN
Schalotte und **Knoblauch** abziehen und beides grob schneiden. **Topinambur** und **Knollensellerie** schälen und beides in ca. 2 cm große Würfel schneiden. 700 ml [1400 ml] **Gemüsebrühe** vorbereiten.



2 FÜR DIE SUPPE
 In einem großen Topf $\frac{1}{2}$ EL [1 EL] **Öl** auf mittlerer Stufe erwärmen, zerkleinerte **Schalotte** und **Knoblauch** darin 1 – 2 Min. glasig anschwitzen. **Knollensellerie-** und **Topinamburwürfel** zugeben und ca. 2 Min. anbraten. Anschließend mit der vorbereiteten **Gemüsebrühe** ablöschen und ca. 15 Min abgedeckt köcheln lassen, bis das **Gemüse** weich ist.



3 WÄHRENDDESSEN
Dunkle Ciabattabrötchen in 1 cm große Würfel schneiden. **Pistazien** grob hacken.



4 CRUMBLE ZUBEREITEN
 In einer großen Schüssel $\frac{1}{2}$ EL [1 EL] **Olivenöl**, **Brötchenwürfel** gehackte **Pistazien**, **Ahornsirup** und 1 Prise **Salz** vermengen. Alles zusammen auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und für 5 – 7 Min. im Backofen knusprig rösten, dabei das **Crumble** wenigstens einmal kurz auflockern, damit es von allen Seiten knusprig wird.



5 SUPPE PÜRIEREN
Sahne zum **Gemüse** in den großen Topf geben und mit einem Pürierstab zu einer cremigen **Suppe** verarbeiten. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.



6 ANRICHTEN
Topinambursuppe auf tiefe Teller verteilen und mit **Pistazien-Crumble** toppen. **Balsamico-Crème** darüberträufeln und genießen.

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

| | 2P | 4P |
|----------------------------|-----------|--------|
| Schalotte | 1 | 2 |
| Knoblauchzehe | 1 | 2 |
| Topinambur | 2 | 4 |
| Knollensellerie 9) | 1 (klein) | 1 |
| dunkle Ciabattabrötchen 1) | 2 | 4 |
| Pistazien 15) | 10 g | 20 g |
| Ahornsirup | 20 ml | 40 ml |
| Sahne 7) | 200 ml | 400 ml |
| Balsamico-Crème 1) 12) | 12 ml | 24 ml |

Gemüsebrühe*, (Oliven-)Öl*, Salz*, Pfeffer*

* Gut, im Haus zu haben [bei 4 Personen Menge in Klammern].
 ☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

| DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO | 100 g | PORTION (ca. 550 g) |
|---------------------------------|----------------|---------------------|
| Brennwert | 404 kJ/97 kcal | 2396 kJ/573 kcal |
| Fett | 6 g | 32 g |
| – davon ges. Fettsäuren | 3 g | 13 g |
| Kohlenhydrate | 10 g | 56 g |
| – davon Zucker | 4 g | 19 g |
| Eiweiß | 3 g | 18 g |
| Ballaststoffe | 6 g | 33 g |
| Salz | 1 g | 2 g |

ALLERGENE

1) Weizen 7) Milch 9) Sellerie 12) Schwefeldioxid und Sulfite 15) kann Spuren von Allergenen enthalten

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGLÄNDER

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
 AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!