



Rezepte aus dem Kulinarium der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen

Pastinaken-Apfel-Suppe

(4 Portionen)

Menge	Zutaten	Zubereitung
1 EL 500 g 200 g 2 1 700 ml 200 ml	Butter Pastinaken Lauch Äpfel Sternanis Gemüsebouillon Apfelsaft	Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Pastinaken, Lauch, Äpfel und Sternanis ca. 2 Min. andämpfen. Bouillon und Apfelsaft dazugießen, aufkochen, zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. weich kochen. Sternanis entfernen.
200 ml etwas	Schlagsahne Salz, Pfeffer, Muskat	Suppe pürieren, Schlagsahne dazugeben, nur noch heiß werden lassen, salzen.
50 g 200 g (150 g) $\frac{1}{4}$ TL Etwas 1 EL	Kürbiskerne Karotten (Rote Rüben (Randen), roh) Salz Kresse Öl zum Anbraten	Die Karotten schälen und in ganz dünne Scheiben (1 mm) schneiden. (Ebenso die roten Rüben/Randen). Kürbiskerne ohne Fett in einer beschichteten Bratpfanne ca. 3 Min. rösten, herausnehmen. Öl in derselben Pfanne heiß werden lassen. Karotten bei mittlerer Hitze ca. 6 Min. anbraten, herausnehmen. (Randen bei mittlerer Hitze ca. 6 Min. anbraten), herausnehmen, beides salzen. Suppe anrichten, Kürbiskerne, Karotten, (Randen) und Kresse darauf verteilen.