

Apfel-Sellerie-Suppe mit geröstetem Fenchel



5	Äpfel
5	Stangen Sellerie
2	Fenchelknollen
½ TL	Kreuzkümmel
1 TL	Fenchelsamen
1 TL	Koriandersamen
1	Curryblatt
1 EL	Ghee

Äpfel und Sellerie waschen und jeweils in mundgroße Stücke schneiden. Ghee in einem Topf erhitzen, Gewürzsamen dazugeben, kurz anrösten, dann das Curryblatt dazugeben und kurz anbraten.

Sellerie zu der Gewürzmischung geben und ca. 5 Minuten braten, dann den Apfel dazugeben und weitere 3 Minuten braten. Mit Wasser ablöschen, so dass die Apfel-Sellerie-Mischung ca. 1 cm mit Wasser bedeckt ist.

Ca. 15 Minuten mit geschlossenem Deckel köcheln lassen.

Währenddessen die Fenchelknollen waschen und ganz klein würfeln.

Eine Pfanne mit 2 EL Sesamöl erhitzen und den Fenchel darin kross rösten.

Wenn die Suppe fertig ist mit dem Pürierstab fein pürieren. Evtl. noch etwas Wasser zugeben, sollte sie zu dickflüssig sein.

Suppe in Suppenteller füllen und mit dem gerösteten Fenchel garnieren.