

Jacqueline Amirfallah
Kalte Paprikasuppe mit Rindertatar

Mittwoch, 30. August 2017
Rezept für 4 Personen

Dauer: 3 Stunden
Schwierigkeitsgrad: einfach
Asia & Weltküche

Zutaten:

Für die Suppe:

1	Gemüsezwiebel
2	Knoblauchzehen
6 g	frischer Ingwer
4	rote Paprika
2 EL	Olivenöl
etwas	Salz
etwas	Zucker
500 ml	Gemüsebrühe (Instant)

Für das Tatar:

320 g	Rinderrücken
3 Zweige	Thymian
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
50 ml	Olivenöl
1 Spritzer	Worcestershiresauce
2	Schalotten
150 g	Crème fraîche
300 g	Frittierfett
80 g	Glasnudeln
etwas	Pimenton (Paprikapulver)
2 Stängel	Koriander

Zubereitung:

1. Gemüsezwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen und getrennt voneinander würfeln.
2. Paprika waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und Paprika in grobe Stücke schneiden.
3. In einem Topf Olivenöl erhitzen und die Zwiebel darin glasig anschwitzen. Knoblauch und Ingwer zugeben und kurz durchschwenken. Dann Paprika zufügen und langsam schmoren. Mit Salz und Zucker würzen. Die Brühe angießen und ca. 15 Minuten köcheln lassen.
4. Anschließend die Zutaten in der Suppe pürieren, nach Belieben durch ein feines Sieb passieren, abschmecken und kalt stellen.
5. Für das Tatar das Rindfleisch fein schneiden (echtes Tatar wird geschnitten und nicht gewolft).
6. Thymian abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden.
7. Das fein geschnittene Fleisch mit Thymian, Salz, Pfeffer, Olivenöl und Worcestershiresauce abschmecken.

8. Die Schalotten schälen, fein reiben und unter die Crème fraîche mischen, abschmecken.
9. Das Frittierfett etwa 2 cm hoch in einen Topf geben und erhitzen.
10. Die Glasnudeln in Stücke schneiden. Im heißen Fett knusprig frittieren, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen, mit Salz und Paprikapulver bestreuen.
11. Koriander abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.
12. Tatar mit Hilfe von Garnierringen in einen tiefen Tellern verteilen. Schalottencreme auf das Tatar geben. Glasnudeln darauf setzen, mit dem Koriander dekorieren. Die gekühlte Suppe angießen und servieren.

Pro Portion: ca. 660 kcal / 2772 kJ
26 g Kohlenhydrate, 24 g Eiweiß, 50 g Fett