

Karottencremesuppe mit Hackfleischbällchen



Zubereitung: 45 min

Zutaten für 6 Portionen:

Für die Suppe:

400 g Möhren
300 g Kartoffeln, mehlig kochend
etwas Suppengemüse (ich hatte 15 g Lauch und 50 g Sellerie)
Salz, Pfeffer nach Geschmack
1 l Gemüsebrühe
1 Dose Kokosmilch (alternativ evtl. Sahne)
1 EL Olivenöl zum anbraten

Für die Hackfleischbällchen:

500 g Hackfleisch
3 EL Mehl
1 Ei M
Salz, Pfeffer, edelsüßes Paprikapulver nach Belieben
½ TL Oregano
etwas Paniermehl
Öl zum Braten

Ansonsten:

Schnittlauch nach Geschmack

Besonderes Werkzeug:

Pürier-, Mixstab

Zubereitung:

Die Möhren und Kartoffeln schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Das Suppengemüse ebenfalls klein schneiden. Das Gemüse etwa 3 min mit 1 EL Olivenöl im Topf anbraten. Anschließend mit Gemüsebrühe ablöschen. Die Suppe nun so lange köcheln lassen bis das Gemüse weich ist.

In der Zwischenzeit die Hackfleischbällchen zubereiten. Dafür das Hackfleisch zusammen mit dem Mehl, Ei und mit den Gewürzen in einer Schüssel vermischen. Mit leicht angefeuchteten Händen kleine Bällchen daraus formen und in Paniermehl wälzen. Reichlich Öl in einer Pfanne erhitzen, die Bällchen hineingeben und goldbraun braten. Dabei immer wieder wenden.

Die Suppe mit Salz und Pfeffer würzen und die Kokosmilch hinzugeben, nochmals kurz aufkochen lassen. Anschließend die Suppe mit einem Pürrier-, Mixstab sehr fein pürieren.

Die Suppe zusammen mit den Hackbällchen (z. B. aufgespießt auf einem Holzspieß) und etwas Schnittlauch servieren.

Viel Spaß beim Nachkochen und einen guten Appetit!

Eure Sarah ♥