

Westfälische Sauerrahmsuppe mit Kümmel-Pumpernickel Croutons



- **Gang:** Abendessen, Mittagessen
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 5 - 6
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 45m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '5 - 6', 'yield' : " });
```

Dieses rustikale Süsschen ist eine westfälische Spezialität, wie man sie heute noch auf Festlichkeiten im Münsterland findet. Die herzhafte Sauerrahmsuppe wird durch Pumpernickel Croutons besonders sättigend. Sie ist nicht die typische Hühnersuppe für Kranke sondern eignet sich auch für die warmen Jahreszeiten- für eine Vorspeise ist sie fast schon zu gut und wird deswegen oftmals auch als komplette Hauptspeise serviert.

Zutaten

- 1,5 l heller Geflügel- oder Rindfleischfond
- 50 g Lauch (nur Weißes und Grünes), gewürfelt

- 2 mittelgroße Zwiebeln, gewürfelt
- 2 geschmackvolle, säuerliche Äpfel, grob gewürfelt
- 300 g mehlig kochende Kartoffeln, grob gewürfelt
- 150 ml flüssige Sahne
- 300 g saure Sahne
- 3 El Crème fraîche
- 2 El Apfelessig
- 3 El Butter
- 2 El gerösteter, gehackter Kümmel
- 2 Lorbeerblätter
- 1 kleines Bündchen Schnittlauch in Röllchen
- 2 El gerösteter, gehackter Kümmel
- 2 El Olivenöl
- 100 g Pumpernickel, ersatzweise Schwarzbrot, gewürfelt
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Die Zwiebeln und Lauchwürfelchen in der Butter glasig anschwitzen. Dann die Kartoffel- und Apfelwürfel dazu geben und kurz mit angehen lassen. Mit der Hälfte des Kümmels, Lorbeerblätter, Salz und Pfeffer würzen und mit dem Geflügel- oder Rindfleischfond aufgießen.

Schritt2

Etwa 30 Minuten leise köcheln lassen, dann die Lorbeerblätter wieder entfernen. Mit dem Schneidestab pürieren und zurück aufs Feuer geben. Sahne, saure Sahne und Crème fraîche untermixen; dann mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken.

Schritt3

In der Zwischenzeit die Brot Croutons in reichlich brauner Butter braten/ rösten und mit dem restlichen Kümmel bestreuen. Auf Küchenkrepp ablaufen lassen. Auf der Suppe anrichten und mit Schnittlauch bestreut zu Tisch geben.

Rezeptart: Deutsche Küche, Gebundene Suppen, National / Regional, Partyrezepte, Schnelle Rezepte, Westfälische Rezepte

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/westfaelische-sauerrahmsuppe-croutons/>