Pastinaken-Cremesuppe

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung	15 Min.
Garzeit	15 Min.
Portionen	4
Gerät	Combair V2000 ab 2021

Cremige Pastinaken-Weissweinsuppe mit knusprigem Rosmarin-Topping. Einfach, elegant und vegan.

Petersilien-Öl

100 ml Sonnenblumenöl

50 ml mildes Olivenöl

75 g glattblättrige Petersilie, Blätter abgezupft

Rosmarin-Crunch

50 g Panko-Paniermehl

2 Zweige Rosmarin, Nadeln abgezupft, fein gehackt

1 EL Olivenöl

1 Prise Salz

Suppe

1 EL Margarine

1 Zwiebel, grob geschnitten

200 g Pastinaken, geschält, in ca. 2 cm grossen Stücken

150 ml Weisswein

350 ml Gemüsebouillon

150 ml pflanzliche Alternative
zu Rahm

etwas gemahlene Muskatnuss

etwas Salz

etwas Pfeffer

Petersilien-Öl

Sonnenblumenöl und Olivenöl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze (Stufe 6) auf ca. 55 °C erwärmen. Das warme Öl mit der Petersilie in einen Standmixer geben, auf hoher Geschwindigkeit ca. 8 Minuten mixen. Ein Küchensieb mit einem Passiertuch auslegen, Kräuter-Öl sorgfältig absieben, Tuch gut ausdrücken. Kräuteröl in eine lichtgeschützte Flasche füllen, auskühlen lassen, im Kühlschrank lagern.

Rosmarin-Crunch

Garraum mit Heissluft auf 160 °C vorheizen. Panko-Paniermehl, Rosmarin, Olivenöl und Salz in einer Schüssel mischen, auf ein mit Backpapier belegtes Kuchenblech geben. Blech in den vorgeheizten Garraum schieben, ca. 15 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen, auskühlen lassen, in einen luftdicht verschliessbaren Behälter geben.

Garraum auf 160 °C mit Heissluft (vor)heizen

Vorheizen beendet. Gargut einschieben.

Heissluft 160 °C während 15 Min.

Suppe

Margarine in einer Pfanne bei mittlerer bis hoher Hitze (Stufe 6-7) erwärmen. Zwiebel und Knoblauch beigeben, ca. 3 Minuten glasig dünsten. Pastinaken beigeben, ca. 2 Minuten mitdünsten. Weisswein dazugiessen, ca. 2 Minuten einköcheln lassen. Gemüse-Bouillon und Rahm-Ersatz dazugiessen, zugedeckt bei hoher Hitze (Stufe 8-9) aufkochen. Hitze auf schwache Hitze (Stufe 3-4) reduzieren, ca. 25 Minuten köcheln lassen. Suppe in einem Standmixer oder mit dem Pürierstab zu einer glatten Suppe pürieren, mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken. Suppe anrichten, mit Petersilien-Öl beträufeln, etwas Rosmarin-Crunch darauf verteilen.

Tipps

Suppe auskühlen lassen, in Vakuumierbeutel geben, vakuumieren und als Vorrat einfrieren.

Für das Petersilien-Öl ist es sehr wichtig, dass die Petersilie sehr gut gewaschen und trocken getupft wird.

Zubehör

Kuchenblech

Pfanne (ca. 16 cm ø)

Pfanne mit Deckel (ca. 20 cm ø)

Zusätzliche Informationen

Erstellt am	28.01.2026