

## Rezeptidee Januar:

### Maronencremesuppe mit Petersilienöl und Schinkenchips

#### Zutaten für 4 Portionen:

##### Petersilienöl

1 Bund Petersilie

150 ml Rapsöl, kaltgepresst (gut gekühlt)

##### Suppe

400 g Maronen (vakuumiert)

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

100 g Knollensellerie

4 EL Rapsöl

100 ml Weißwein

1l Geflügel- oder Gemüsebrühe

1 Lorbeerblatt

2 Nelken

Salz, Cayennepfeffer

½ Bund Majoran

100 g luftgetrockneter Schinken,

dünn geschnitten

50 g kalte Butter



#### Und so geht's:

**Petersilienöl:** Petersilie waschen, gut trocken tupfen, grobe Stiele entfernen, Blättchen mit gekühltem kaltgepresstem Rapsöl zusammen in einem hohen Gefäß pürieren.

**Suppe:** Maronen klein hacken. Zwiebel, Knoblauch und Sellerie schälen, sehr fein würfeln. Rapsöl in einem Topf erhitzen, Gemüse darin andünsten, mit Wein und Brühe ablöschen, Lorbeerblatt und Nelken zugeben, 30 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Dann die Gewürze entfernen, die Suppe mit einem Stabmixer pürieren, mit Salz und Cayennepfeffer würzen und abschmecken.

Majoranblättchen von den Stielen zupfen, einige zum Garnieren beiseite legen, Rest unter die Suppe ziehen. Schinken in einer heißen Pfanne ohne Fett von beiden Seiten knusprig braten, herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Kalte Butter in Stückchen in die Suppe geben, mit dem Stabmixer unterrühren, dabei die Suppe etwas aufschäumen. Suppe mit Majoran und Petersilienöl garnieren, Schinkenchips dazu servieren.

**Hinweis:** Das Rapsöl für Kräuteröle muss beim Pürieren sehr kalt sein, sonst können die Kräuter bitter und grasig im Geschmack werden.

Copyright: UFOP



Union zur Förderung  
von Oel- und Proteinpflanzen e. V.

Herausgeber:

UFOP e. V.  
Claire-Waldoff-Straße 7  
10117 Berlin  
Telefon 030/31 90 4-2 02  
Telefax 030/31 90 4-4 85  
E-Mail info@ufop.de  
www.ufop.de

**INFORMATION**  
Union zur Förderung von Oel- und Proteinpflanzen e. V.