

Christian Henze
Spinatsuppe mit Mozzarella und
Tomaten-Gremolata**Rezept für 4 Personen**

Dauer: 30 Minuten
Schwierigkeitsgrad: leicht
Schnelle Küche, Vegetarisch

Zutaten:

Für die Suppe:

500 g	Babyspinat
250 g	Mozzarella
2	Schalotten
2 EL	Butter
600 ml	Gemüsebrühe
200 ml	Sahne
1 Msp.	geriebene Muskatnuss
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
4 EL	Crème fraîche

Für die Gremolata:

2	Tomaten
1	Knoblauchzehe
1	Bio-Zitrone
1/2 Bund	glatte Petersilie
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1 EL	Olivenöl

Zubereitung:

1. Für die Suppe Spinat waschen und gut abtropfen lassen.
2. Für die Gremolata die Tomaten in kochendem Wasser kurz blanchieren, in Eiswasser abschrecken, abziehen, entkernen und die Tomatenfilets in kleine Würfel schneiden.
3. Knoblauch schälen, halbieren, sehr fein hacken und die Hälfte davon zu den Tomaten geben.
4. Die Zitrone waschen und trockenreiben, danach einen Streifen der Schale abschälen, sehr fein hacken und unter die Tomaten mischen.
5. Petersilie waschen, trockenschütteln und die Blätter abzupfen, anschließend die Petersilie fein schneiden, ebenfalls dazugeben und gut vermengen.
6. Von der Zitrone etwas Saft auspressen.
7. Tomatenmischung mit Salz und Pfeffer würzen und mit Olivenöl und Zitronensaft verfeinern. Tomaten-Gremolata beiseitestellen.
8. Für die Suppe den Mozzarella klein schneiden.
9. Die Schalotten schälen und fein würfeln.
10. Butter in einem Topf aufschäumen, Schalotten- und restliche Knoblauchwürfel darin bei niedriger Hitze 3 bis 4 Minuten farblos dünsten. Gemüsebrühe zugießen und aufkochen. Spinatblätter hinzufügen und zusammenfallen lassen.
11. Sahne zugießen und 2-3 Minuten köcheln lassen.
12. Anschließend die Suppenzutaten im Fond mit dem Stabmixer sehr fein pürieren.
13. Mozzarella hinzugeben und noch einmal gut mixen. Die Suppe nicht mehr kochen lassen.

14. Zum Schluss mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken und sofort in vorgewärmte Suppenschalen füllen. Mit je einem Klecks Crème fraîche garnieren und die Tomaten-Gremolata darauf anrichten.

Pro Portion: 570 kcal/ 2380 kJ
7 g Kohlenhydrate, 16 g Eiweiß, 53 g Fett