



Weisskohl-Muschel-Suppe

KSW 21.10.2016, Vorspeisen

Vorbereitung 25 · Kochen 30 · Portionen 4 · Schwierigkeitsgrad Leicht · Quelle Saisonküche

ZUTATEN

1 kg Miesmuscheln

1 kg Weisskohl

700 g mehligkochende Kartoffeln

0.5 Zwiebel

4 EL Butter

2 dl Weisswein

1.5 l Bouillon

2 dl Halbrahm

Salz

Pfeffer

Zucker

0.5 Bund Dill

2 EL Paniermehl

Suppe mit Muscheln anrichten und servieren

INFORMATIONEN ZUM NÄHRWERT

Pro Portion ca.

Kalorien: 380 kcal, Eiweiss: 13 g, Fett: 24 g, Kohlenhydrate: 20 g

ZUBEREITUNG

Muscheln mit kaltem Wasser abspülen und entbarten. Beschädigte oder geöffnete Muscheln aussortieren und wegwerfen.

Kohl vierteln, Strunk entfernen. Kohlviertel in Streifen schneiden.

Kartoffeln in Scheiben schneiden. Zwiebel hacken. Zwiebel in der Hälfte der Butter dünsten. Muscheln dazugeben und kurz mitdünsten.

Wein dazugiessen und zugedeckt ca. 5 Minuten köcheln lassen. Noch geschlossene Muscheln aussortieren und wegwerfen.

Muscheln aus dem Sud heben. Muschelfleisch aus der Schale lösen und beiseite stellen. Kohl, Kartoffeln und Bouillon zum Muschelfond geben.

Suppe ca. 30 Minuten zugedeckt köcheln lassen.

Rahm dazugiessen und die Suppe pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Dill hacken. Ausgelöstes Muschelfleisch mit Dill, Paniermehl und restlicher Butter in einer Bratpfanne kurz braten.