

heute gibt es...

Mexikanische Maissuppe



Zutaten: (für 3-4 Personen)

- 1 kleine Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 30g Butter
- 50g Maismehl
- 850ml Gemüsebrühe
- 1 rote Chilischote
- 1 Dose Mais à ca. 300g
- Salz, Pfeffer
- optional etwas Schmand

Zubereitung:

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln.
2. Die Butter in einem Topf erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin bei geringer Hitze glasig dünsten.
3. Das Maismehl unterrühren, die Gemüsebrühe hinzugeben und alles gut verrühren.
4. Die Chilischote waschen, entkernen, in dünne Ringe schneiden und zur Brühe hinzugeben. Das Ganze für 10 Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen.
5. Anschließend den Mais dazugeben und für weitere 15 Minuten unter gelegentlichem Rühren kochen.
6. Nun mit einem Stabmixer die Suppe pürieren, danach sieben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit etwas Schmand servieren.



