



GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 91

Kichererbsen-Lauch Suppe mit Ingwer und Ras el Hanout

Zutaten



3 EL Olivenöl

1 große Zwiebel, gewürfelt

1 Stück Sellerie, gewürfelt

½ TL Ingwer, gerieben



1 EL Ras el Hanout

1 große Stange Lauch, in

Ringe geschnitten



500 ml Gemüsebrühe

200 g Kichererbsen (aus dem

Glas)

1 Handvoll Sauerampferblät-
ter, gehackt



Schwarzer Pfeffer



Meersalz

1 EL Sesam, geröstet

Rezept

Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln mit den Selleriewürfeln darin kräftig anbraten. Ingwer und Ras el Hanout hinzufügen und unter Rühren kurz mitrösten. Den Lauch in den Topf geben, 2 Minuten dünsten und mit der Brühe aufgießen. Sobald das Gemüse gar ist, die Kichererbsen und den Sauerampfer dazugeben und alles mit dem Stabmixer pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. In Schälchen servieren und mit dem Sesam bestreuen.

Guten Appetit!