



Piratensuppe 'Südsee' (Kokos-Erbsensuppe)

Mit dieser ausgefallenen Suppenkreation 'entern' alle Kinder den Esstisch. Karibikerlebnis pur - unsere 'Südseepirat-Suppe' kommt nicht nur unter vollen Vitaminsegeln angebraut, sondern bietet eine Menge Zusatznutzen. Trägt sie doch den Nachtisch gleich mit im Bauch.

Zutaten für 4 Kinder:

4 Kokosnüsse	400 ml Kokosmilch
150 g Zwiebeln	1 Zucchini
30 g Butter	Salz, Pfeffer
600 g TK-Erbsen	3 El Limettensaft
600 ml Gemüsebrühe	8 Holzspieße
1 Beet Kresse	

Zubereitung:

1. 4 Kokosnüsse im oberen Drittel mit Hilfe eines Hammers und einem zusätzlichen Erwachsenen aufschlagen, so dass man die Nuss als Suppengefäß benutzen kann.
 2. Zwiebeln pellen und in Streifen schneiden. Butter in einem Topf erhitzen und Erbsen und Zwiebeln anschwitzen. Mit Brühe und Kokosmilch ablöschen und bei geschlossenem Topf 15 Minuten köcheln lassen.
 3. In der Zwischenzeit Zucchini längs in 8 hauchdünne Scheiben schneiden und je 1 „Zucchini-segel“ auf je 1 Holzspieß (Schaschlikspieß) stecken. 2 Zucchini-segel in je eine Kokosnuss stecken.
 4. Suppe mit einem Schneidstab pürieren, mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken. In die Kokosnuss einfüllen und mit Kresse verzieren.
 5. Nach dem Leeren der Kokosnuss das Fruchtfleisch aus der Schale klopfen und direkt als Nachtisch verzehren.
-

Abdruck honorarfrei, Belegexemplar erbeten:

Bellmann, Gröning & Partner GmbH
Katie Köhler
Falkenried 84, 20251 Hamburg
Tel.: 040 / 480 655-10, Fax: 040 / 46 51 30
E-mail: agentur@bgup.de

Quelle:

Deutsches Suppen-Institut
Reuterstr. 151, 53113 Bonn
Tel.: 0228 / 21 01 80
Fax: 0228 / 22 94 60
Internet: www.suppeninstitut.de