

FRÄNKISCHE TAPAS



Brennnesselsuppe

Zutaten:

2 Hände voll junge Brennnesseln
1 Zwiebel
Butter
2 Kartoffeln mehlig kochend
Ein Brötchen
Salz, Pfeffer
Saure Sahne und Schlagsahne optional

Zubereitung:

Vor der Arbeit mit den Brennnesseln Schutzhandschuhe anziehen. Brennnesselblätter von den Stielen befreien und die Blätter waschen. Anschließend trocken schleudern. Die Zwiebel klein schneiden und in Butter anbraten. In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen und in 0,5 Zentimeter kleine Würfel schneiden. Jetzt die Zwiebeln mit Wasser ablöschen, Bratenreste in der Pfanne lösen und den Sud in einen Topf gießen. Jetzt die Kartoffelwürfel hinzugeben und mit Wasser auffüllen, bis die Kartoffeln leicht im Wasser schwimmen können. Die Kartoffeln 5 Minuten leicht köcheln lassen. Danach die Brennnesselblätter hinzugeben und so viel Wasser nachgießen, bis die Blätter leicht lose darin schwimmen. Noch weitere 5 Minuten köcheln lassen, bis die Kartoffeln gar sind. Mit einem Stabmixer die Suppe auf die gewünschte Konsistenz pürieren und Salz und Pfeffer abschmecken. Wer möchte, kann noch Sahne hinzufügen. Wir bevorzugen den natürlichen Geschmack und verzichten darauf. Für die Croutons das Brötchen in 0,5 Zentimeter große Würfel schneiden. In einer Pfanne reichlich Butter erhitzen und die Brötchenwürfel hinzugeben. Eventuell Butter hinzufügen, falls diese von den Würfeln komplett aufgesaugt wurde. Danach auf mittlerer Hitze die Croutons goldbraun von allen Seiten anbraten. Dazu die Würfel gelegentlich wenden. Die Suppe mit einem Klecks saurer Sahne und den Croutons servieren.

Tipps: Brennnesseln findet man auf überdüngte Böden. Man sollte sie nicht direkt an der Straße ernten und auch nicht in der Nähe von Hundewiesen. Lange Kleidung und Handschuhe schützen die Haut vor dem Nesselgift. Brennnesseln im Garten bitte stehen lassen, denn sie sind das Futter für die Tagpfauenaugen