

Bananen-Curry-Suppe mit Erdnüssen und Blätterteigstange

Zutaten für die Suppe (für 3 Personen):

- 1 Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 30 g Ingwer
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 2 überreife Bananen
- 200 ml Kokosmilch
- 200 ml Gemüsebrühe
- 0,2 Bund Koriander
- 3 TL Currypulver
- Salz
- Pfeffer
- 1 Prise Chiliflocken
- 2 EL Sojasoße
- 20 g Erdnüsse

Zwiebel, Knoblauch und Ingwer schälen und in kleine Stücke schneiden. Öl in einem großen Topf bei niedriger bis mittlerer Temperatur erwärmen. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer dazugeben und 3-5 Minuten anbraten. Dabei häufig umrühren.

Die Bananen in Scheiben schneiden und in den Topf geben. Damit nichts anbrennt, weiter umrühren, bis die Bananen eine goldbraune Farbe angenommen haben und zu karamellisieren beginnen. Anschließend Gemüsebrühe und Kokosmilch dazugießen und alles zum Köcheln bringen. Ein paar Korianderblätter hinzufügen. Den Rest zum Garnieren aufheben.

Die Suppe vom Herd nehmen und mit einem Stabmixer pürieren, bis sie die gewünschte Konsistenz hat. Mit Currypulver, Salz, Pfeffer, Chili und Sojasoße würzen.

Erdnüsse in einer trockenen Pfanne rösten.

Zutaten für die Blätterteigstangen:

- 275 g (aus dem Kühlregal) Blätterteig
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 1,5 TL weißer Sesam
- 0,2 Bund Koriander

Die Blätterteigscheiben auf einem großen Brett ausrollen und in Streifen von 10 cm Länge und 1 cm Breite schneiden. Mit Olivenöl bestreichen, mit Koriander sowie Sesam belegen und zu Spiralen drehen. Auf ein gefettetes Backblech legen und 10-15 Minuten im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad backen.

Anrichten:

- 20 g Sesamflocken

Die Suppe in tiefe Teller füllen, mit den Erdnüssen bestreuen und mit Koriander sowie Sesamflocken garnieren. Die Blätterteigstangen dazu servieren.

Koch/Köchin: Alica Mohr

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen