

Chefkoch Claudio Clarke empfiehlt:

Karotten-Rhabarber-Kaltschale



**mehr Kochtipps:
erf-medien.ch/kochtipp**

(c) 123rf

Zubereitung

1. Rhabarber in 1 cm grosse Würfel schneiden und 1 Stunde mit Zucker marinieren
2. Karotten in 1 cm grosse Würfel schneiden
3. Chilischote in feine Streifen schneiden
4. Ingwer in Scheiben schneiden
5. Zitronengras längs halbieren und in 5 cm lange Stücke schneiden
6. Zitronengras und Ingwerscheiben mit Bindfaden zusammenbinden
7. Karottenwürfel im Rapsöl andünsten und leicht salzen
8. Rhabarberwürfel und Chili begeben und mitdünsten
9. Holunderblütensirup, Gemüsefond, Karotten- und Orangensaft begeben
10. Aufkochen und 30 Minuten kochen, des Öfteren abschäumen

Zutaten

650 g	Rhabarber, gerüstet
80 g	Zucker
830 g	Karotten, geschält
40 g	Rapsöl
1 g	Chilischoten, rot, entkernt
60 g	Holunderblütensirup
900 g	Gemüsefond
200 g	Karottensaft (z. B. Biotta)
40 g	Ingwer, frisch, geschält
30 g	Zitronengras, gerüstet
410 g	Orangensaft
80 g	Bienenhonig
	Salz, Pfeffer, weiss, aus der Mühle

- 11.** Während der letzten 15 Minuten Zitronengrasbündel mitkochen und anschliessend wieder herausnehmen
- 12.** Suppe mixen und durch ein Drahtspitzsieb passieren
- 13.** Honig begeben, mit Salz und weissem Pfeffer aus der Mühle abschmecken
- 14.** Suppe auf 5 °C abkühlen und nochmals abschmecken