

Mais-Suppe mit Kabanossi



Zutaten (6 Personen):

2 Dosen Mais (á ca. 200 ml)
400 ml Sahne
1 Paprika (rot)
150 g Kabanossi
1 Zwiebel
2 EL Rapsöl
1 L Gemüsebrühe
1 EL Curry
Salz
Pfeffer
ggf. Petersilie (zum Garnieren)

Zubereitung:

Mais abtropfen lassen. Die Kabanossi in Stücke schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln. Paprika waschen, vom Kerngehäuse sowie Stiel befreien und ebenfalls würfeln. Vom Mais und den Paprikawürfeln je 4 EL abnehmen und bei Seite stellen.

Rapsöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig andünsten. Mais - bis auf die 4 EL - hinzufügen und ca. 3 Minuten mitdünsten. Curry zugeben und anschwitzen. Alles mit der Brühe und Sahne ablöschen, aufkochen und 10 Minuten köcheln lassen.

Währenddessen eine Pfanne erhitzen und die Kabanossi darin in 5 Minuten knusprig anbraten.

Die Suppe von Herd nehmen, fein pürieren und nach Belieben kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kabanossistücke, den Mais und die Paprikawürfel zufügen und alles nochmals kurz erhitzen.

Die Suppe in Schalen anrichten und mit Petersilie garniert servieren.

Nährwertangaben: 387 kcal p.P, 13 g KH p.P.