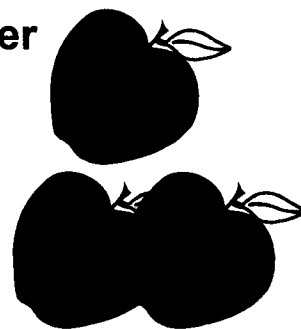


Herbstzeit – Apfelzeit

Rezepte: Christine Strodthoff-Schneider
Bezirksstelle Oldenburg-Nord,
Im Dreieck 12, 26127 Oldenburg



Suppen

Scharfe Apfelsuppe

4 Äpfel

schälen und das Kerngehäuse entfernen.

2 rote Paprikaschoten

1 kleine Salatgurke

Äpfel, Paprikaschoten und die geschälte entkernte Salatgurke klein würfeln und mit der zerdrückten Knoblauchzehe in

1 Knoblauchzehe

Butter

weichdünsten

¾ l Fleischbrühe

aufgießen und gut durch kochen lassen. Mit einem Mixer pürieren.

Salz, Pfeffer, Paprika
1 TL Zucker

würzen

100 ml süße Sahne

zugießen und nochmals aufkochen lassen.

1 Bund Schnittlauch

Die Suppe mit Schnittlauch und bunten Paprikastreifen garnieren und heiß servieren.

Curry-Apfelsuppe

50 g Schinkenspeck

1 geschälter Apfel

1 Zwiebel

2 EL Öl

2 TL Curry

2 EL Mehl

1 Liter Hühnerbrühe

Banane oder Mango-Chutney

Schinkenspeck, Apfel und Zwiebel sehr klein würfeln und in dem heißen Öl andünsten. Curry dazu geben, mit Mehl bestäuben, gut anschwitzen, heiße Hühnerbrühe unter Rühren nach und nach dazugießen. 5 Minuten köcheln lassen und mit Mango-Chutney und/oder kleingeschnittener Banane anrichten; evtl. nachwürzen.

