

Geeiste Gurkensuppe mit Sommerrollen

für 4 Personen

Für die Suppe

1 Handvoll Babyspinat · Salz
2 große Salatgurken (800–850 g)
¼ Apfel
350 ml kaltes Kokoswasser (ersatzweise kaltes Wasser)
1–2 EL milder Weinessig
1 TL Wasabi-Paste
½ TL abgeriebene unbehandelte Limettenschale
1 TL fein geriebener Ingwer
1 fein geriebene Knoblauchzehe
mildes Chilisalz · Zucker
2 EL mildes Olivenöl
1 EL griech. Joghurt (10 % Fett)

Für die Sommerrollen

1 Handvoll feine Reisfadennudeln (25 g; keine Glasnudeln)
Salz
2 Handvoll gemischte Kräuterblätter (z. B. Basilikum, Thai-Basilikum, Kerbel, Koriander, Minze, Shiso-Kresse)
1 rote Peperonischote
½ rote Spitzpaprikaschote
1 Karotte
4 große Reispapierblätter (etwa 20 cm Durchmesser)

Außerdem

1–2 EL grob gehackte Erdnusskerne
einige essbare Blüten und Kräuterblätter zum Garnieren (z. B. Kerbel, Koriander, Minze)

Zubereitung

1. Für die Suppe die Spinatblätter verlesen und waschen. In Salzwasser etwa 1 Minute blanchieren. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Mit den Händen das übrige Wasser gut ausdrücken und den Spinat klein hacken.
2. Die Gurken schälen, längs halbieren, die Kerne mit einem Teelöffel herauskratzen und die Gurkenhälften in Würfel schneiden. Apfel schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Gurken- und Apfelwürfel, Spinat, Kokoswasser, Essig, Wasabi, Limettenschale, Ingwer und Knoblauch in einen hohen Rührbecher geben. Mit Chilisalz und 1 Prise Zucker würzen und das Ganze mit dem Stabmixer fein pürieren. Olivenöl und Joghurt hinzufügen und alles mit dem Mixer nochmals kurz durchrühren. Die Suppe im Kühlschrank etwa 1 Stunde ziehen lassen, anschließend nochmals etwas nachwürzen.
3. Für die Sommerrollen die Reissnudeln in reichlich kochendem Salzwasser etwa 4 Minuten garen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken, gut abtropfen lassen und in 3 bis 4 cm lange Stücke schneiden. Die Kräuterblätter waschen und trocken tupfen. Peperoni und Spitzpaprika längs halbieren, entkernen, waschen und längs in feine Streifen schneiden. Die Karotte putzen, schälen, halbieren und längs in feine Streifen schneiden.



(C) ZS Verlag / Wising Studio / Food Photo & Video

4. Zum Füllen zwei saubere Küchentücher in kaltes Wasser tauchen, nicht zu fest auswringen und jedes Tuch in der Mitte falten. Ein angefeuchtetes Küchentuch auf der Arbeitsfläche ausbreiten. Ein Reispapierblatt darauflegen, mit dem zweiten Küchentuch bedecken – nicht drücken – und das Reispapierblatt darin 3 Minuten einweichen (alternativ die Reispapierblätter kurz in Wasser tauchen, bis sie weich werden, und zum Nachziehen auf ein feuchtes Küchentuch legen).

5. Jeweils ein Viertel der Nudeln in einer Reihe auf dem unteren Drittel eines Reispapierblatts verteilen, dabei links und rechts einen Rand von etwa 3 cm frei lassen. Dann jeweils etwa ein Viertel der Peperoni-, Paprika- und Karottenstreifen sowie der Kräuterblätter darauf verteilen. Den unteren Rand des Reispapierblatts über die Füllung legen, die Seitenränder einschlagen und das Blatt fest einrollen. 6 Zum Servieren die kalte Suppe auf tiefe Teller verteilen, die Sommerrollen in etwa 3 cm breite Stücke schneiden und als Einlage hineinsetzen. Mit Erdnüssen bestreuen und mit essbaren Blüten und Kräuterblättern garnieren.

