

Maman´s Radieschenblättersuppe „ayurvedisch revisited“

Für 2 Personen

Blätter von einem Bund Radieschen

3-4 mittelgroße Kartoffeln

1 EL Ghee

1/2 TL gemörserter getrockneter Ingwer

1/2 TL gemörserte Muskatnuss

1/4 TL gemörserte Dillsamen

1 Msp. Asa foetida

ein wenig Apfelsaft

Salz

Süße Sahne nach Geschmack

- die Radieschenblätter waschen und grob hacken
- die Kartoffeln schälen, in Würfeln schneiden
- Ghee in einem Topf erhitzen, Gewürze darin anrösten
- Gemüse in den Topf hineingeben, mit dem Gewürzsud verkleiden, mit einem Schuß Apfelsaft ablöschen
- mit Wasser bedecken, etwas Salz hinzufügen
- ca. 20 min. kochen, bis die Kartoffeln gar sind
- die Suppe mit Pürierstab oder im Mixer pürieren
- zum Schluß die Sahne hinzufügen (ich tue keine Sahne rein, ich finde die Suppe EINFACH SO lecker), nach Bedarf mit Salz abschmecken