

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 18. September 2026 ▪
Zusatzgericht von Mario Kotaska



Pastinakensuppe mit herzhaftem Granola

Zutaten für zwei Personen

Für das Granola-Topping:

20 g Haselnüsse
20 g Pistazien
20 g Walnüsse
20 g Cashewkerne
1 EL grober Senf
2 EL Olivenöl
1 EL geräuchertes Paprikapulver
1 TL Zwiebelpulver
1 Prise Zucker
1 TL Salz

Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Nüsse grob hacken und mit Senf, Olivenöl, Paprikapulver, Zwiebelpulver, Zucker und Salz vermengen. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und etwa 12–15 Minuten goldbraun und knusprig backen. Dabei einmal durchmischen. Anschließend vollständig auskühlen lassen und grob zerbrechen.

Für die Suppe:

350 g Pastinaken
1 Zwiebel
50-75 ml Sahne
Butter, zum Anbraten
200 ml Gemüsefond
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Pastinaken schälen und in kleine Stücke schneiden. Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin glasig anschwitzen. Pastinaken dazugeben und kurz mitrösten. Mit Gemüsefond aufgießen und weich köcheln lassen. Sahne hinzufügen und alles fein pürieren. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken und nochmals kräftig aufmixen.

Für die Garnitur:

2 EL Kürbiskernöl
2 Zweige glatte Petersilie

Petersilie zupfen.

Suppe in schönen Gläsern anrichten. Mit Kürbiskernöl beträufeln und mit Petersilie und Granola garniert servieren.



Wenn Sie Granola in größeren Mengen zubereiten möchten, lassen Sie es nach dem Backen komplett auskühlen. Bewahren Sie es am besten in einem luftdichten Behälter wie einem Einmachglas, einem Bügelglas oder einer fest schließenden Dose auf. An einem kühlen, trockenen und dunklen Ort gelagert, bleibt es zwei bis vier Wochen schön knusprig.