



Maiscremesuppe mit Cheddar-Popcorn

Zutaten (für vier Portionen):

Maiscremesuppe

Butter zum Braten
1 Zwiebel
1 Zehe Knoblauch
Muskatnuss
1 (gelbe) Karotte
650 g Maiskörner
Salz
Pfeffer
Zucker
50 ml Weißweinessig
800 ml Gemüsebrühe
150 ml Sahne

Cheddar-Popcorn

2 EL neutrales Öl
15 g Popcorn-Mais
Paprikapulver
Cayennepfeffer
Kreuzkümmel, gemahlen
Zimt
Salz
1–2 EL Butter
1–2 EL eingelegte Jalapeño-Scheiben
150 g Cheddar

Sowie

1 Maiskolben (vorgegart)
1 EL Butter

Zubereitung (circa 40 Minuten, ohne Garzeiten):

Für die Suppe eine gewürfelte Zwiebel in Butter anschwitzen. Den Knoblauch hineinreiben, mit Muskatnuss würzen. Die Karotte schälen, würfeln und mit Mais mitbraten. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen, mit Essig ablöschen und mit Gemüsebrühe angießen. Aufkochen und etwa 20 Minuten köcheln lassen.

Für das Popcorn das Öl in einem großen Topf mit Deckel erhitzen. Dann die Platte ausschalten, den Popcorn-Mais ins heiße Öl geben und den Deckel schließen. Das Popcorn poppen lassen, dabei von Zeit zu Zeit den Topf schütteln. Für die Gewürzbutter Butter in einem Topf schmelzen. Paprikapulver, Cayennepfeffer, Kreuzkümmel und Zimt hinzugeben und verrühren. Popcorn salzen und mit der Gewürzbutter marinieren. Auf einem Backblech kleine Portionen Popcorn bilden. Jalapeños aufs Popcorn geben, mit Cheddar bestreuen. Im Ofen bei 200 Grad backen, bis der Käse geschmolzen und leicht gebräunt ist.

Den Maiskolben in dicke Scheiben schneiden und diese rundherum in Butter anbraten. Etwas von der Gewürzbutter hinzugeben und mit Salz abschmecken.



Zum Ende der Garzeit Sahne zur Suppe geben und die Suppe pürieren. Dann in Portionsschalen verteilen, Mais-Scheiben und Cheddar-Popcorn anrichten und alles heiß genießen.

Nährwerte pro Portion:

604 kcal – 41 g Fett – 22 g Eiweiß – 36 g Kohlenhydrate

Dieses Gericht ist vegetarisch. Cheddar kann tierisches Lab enthalten.