



Erde

- 2 Handvoll gewaschene und grob zerkleinerte Topinamburknollen
- 1 Scheibe geschälter, zerkleinerter Knollensellerie
- 2 EL Traubenkernöl
- 3 EL Kokosmilch
- 1–1 1/2 l heißer Gemüsesud (s. S. 57)

Wasser

- unraffiniertes Meersalz nach Geschmack

Metall

- 1 mittelgroße, geschälte, geviertelte Zwiebel
- 2 EL weißer, kalt gewaschener Basmatireis
- 1/2 TL gemahlener Kümmel
- 1/4 TL gemahlener Kardamom
- 1 Prise frisch gemahlener weißer Pfeffer
- 1/2 TL frisch geriebener Ingwer

Holz

- 3 EL frisch gehackte Petersilie

als Deko:

- 1 Handvoll Gänseblümchenköpfe

Feuer

- 1 Prise chinesische Mandarinenschale

Topinambursuppe

(Für ca. 2 l)

Entgiftet die Leber und stärkt die Mitte

Öl erwärmen. Gemüse, Reis, Gewürze (außer Salz, Pfeffer Petersilie) zufügen, umrühren und mit dem Gemüsesud bedecken. Aufkochen und auf mittlerer Flamme zugedeckt weich kochen.

Mit Kokosmilch pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken, wenn nötig Gemüsesud bis zur gewünschten Konsistenz zufügen und noch einmal kurz aufkochen. Mit Petersilie und Gänseblümchen garniert servieren.

Tipp: Servieren Sie zur Abwechslung die Suppe einmal mit fein gehackten jungen Löwenzahnblättern bestreut.