

# Hafer-Grünkern-Suppe

⚖️ Schwer ⌚ ca. 90 Min.



## Zutaten | 4 Portionen

Hafer-Grünkern-Suppe:

- 20 g Haferflocken zart
- 20 g Grünkern
- 10 g Butter
- 10 g Schalottenwürfel
- 1 Msp. Curcuma
- 500 ml Gemüsebrühe
- 200 ml Sahne
- 20 g Karottenwürfel
- 20 g Lauchringe
- 20 g Selleriewürfel
- 10 g körniger Senf
- 10 g gehackte Petersilie
- Salz, Pfeffer, Muskat

**Lollipop (nicht für vegetarische Variante)**

## Zubereitung

### Zubereitung Hafer-Grünkern-Suppe

Einen hohen Topf erhitzen und mit der Butter Grünkern, Haferflocken, Senf, Schalotten und Curcuma anschwitzen, es darf ein wenig Farbe annehmen, aber sogleich mit der Gemüsebrühe ablöschen.

Die Sahne unterrühren und das in Würfel und Ringe geschnittene Gemüse dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Bei mittlerer Hitze circa 45 Minuten köcheln lassen. Vor dem Servieren gehackte Petersilie unterheben.

### Zubereitung Lollipop

Ein Hähnchenbrustfilet der Länge nach vierteln. Das Tramezzino mit einem Nudelholz sehr dünn ausrollen. Dann eine Farce herstellen. Dazu die zweite Hähnchenbrust und die Sahne zusammen mit dem Curcuma und etwas Salz und Pfeffer in einer Küchenmaschine kutteln. Die Farce auf das

½ Scheibe Tramezzino (ital. Weißbrot)  
2 St. à 100 g Hähnchenbrust  
85 ml Sahne  
1 TL Curcuma  
10 Halme Schnittlauch  
20 ml Öl  
Rote-Bete-Pulver  
Salz, Pfeffer  
10 Schaschlikspieße

### **Brioche**

Vorteig:

100 g lauwarme Milch  
50 g Weizenmehl Type 405  
50 g Hafermehl  
50 g frische Hefe

Hauptteig:

120 g Eigelb  
250 g Weizenmehl Type 405  
125 g weiche Butter  
40 g Zucker  
10 g Salz

### **Nährwerte pro Portion**

kcal	485
Kohlenhydrate	48 g
Eiweiß	15 g
Fett	3 g
Ballaststoffe	3 g

ausgerollte Tramezzino gleichmäßig aufstreichen.

Die Schnittlauchhalme nun parallel zueinander zusammen mit dem Hähnchenbrustfilet, das in die Mitte gelegt wird, auf der Farce verteilen. Auf einer Klarsichtfolie Rote-Bete-Pulver verteilen. Das Tramezzino mit der Farce und dem Hähnchenbrustfilet vorsichtig auf die bestreute Folie legen. Mithilfe der Klarsichtfolie das Tramezzino einrollen. Den gleichen Arbeitsgang mit Alufolie wiederholen und die Rolle bei ca. 85 °C im Wasserbad für ca. 12 Minuten garen. Danach die Rolle auswickeln und in einer heißen Pfanne mit wenig Öl knusprig braten.

Die angebratene Rolle in 10 gleiche Scheiben schneiden und auf Schaschlikspieße spicken. Die aufgespickten Scheiben vorsichtig noch einmal in das Rote-Bete-Pulver tupfen, so dass außen ein roter Rand entsteht. In einem dekorativen Glas anbieten.

### **Zubereitung Brioche**

Vorteig: Die Hefe in der Milch auflösen und danach mit beiden Mehlsorten vermengen. Den Teig in einer mit einem Geschirrtuch abgedeckten Schüssel gehen lassen.

Hauptteig: Alle Zutaten gut verkneten.

Wenn der Vorteig aufgegangen ist, wird er mit dem Hauptteig verknetet. Dann den Teig zu kleinen Brötchen formen oder in eine Kastenform füllen. Den Teig unbedingt ein zweites Mal gehen lassen und dann bei 160 °C 47 Minuten in der Kastenform backen.