

# Koch mein Rezept: Würzige Erbsen-Apfel-Gazpacho mit Sauerrahm



Kurz vor knapp hatte ich endlich die Ruhe und Zeit, mich im Rahmen von „[Koch' mein Rezept](#)“ bei Bloggerkollegin Susanne von [Magentratzerl](#) umzuschauen und mir ein Rezept auszusuchen, das ich nachkoche.

Und was hatte ich da alles zur Auswahl! Bei Magentratzerl wird definitiv gern gekocht und gegessen und im Blogarchiv konnte ich mich gar nicht sattstöbern, denn da gibt es so unfassbar viele Rezepte! Viele auch noch regelrecht exotisch, mit Namen oder Zutaten, die ich noch nicht kannte, weshalb ich wirklich

viele Rezepte angeschaut habe und ganz fasziniert war.

Man merkt Susanne die Neugier für fremde Gerichte und Zutaten an und dass sie gerne Neues ausprobiert. Ihr Blogname ist dagegen ganz bayrisch-bodenständig: Magentratzerl bedeutet soviel wie „Gaumenkitzler“ und da ich sowohl den bayrischen Dialekt als auch das Land sehr mag, hat mich die Auslösung doppelt gefreut.

Sehr sympathisch fand ich auch ihre Aussage: „Wenn ich nach Rezepten anderer koche, gebe ich natürlich die Quelle an. Das heißt aber nicht, dass ich mich an das Rezept auch gehalten habe – in der Regel sind Rezepte eher Inspirationsquellen als genaue Gebrauchsanleitungen für mich.“ Das könnte ich geschrieben haben! Deshalb habe ich mich natürlich auch beim Nachkochen nicht so genau an ihr Rezept gehalten. :D





Da Susanne nicht so viel backt und ja auch noch Sommerwetter war, entschied ich mich für eine außergewöhnliche, und zwar einer [kalten, gazpacho-artigen, Suppe nach Tanja Grandits](#). Auf die Kombi aus Erbsen und Apfel war ich zu neugierig und zudem ist die Suppe irre schnell fertig und perfekt, um sie für ein Sommeressen vorzubereiten, denn sie muss ja eh noch ein bisschen kühlen.

Eigentlich gibt es dazu noch eine Sauerrahm-Basilikum-Mousse, aber das war mir zuviel Aufwand und außerdem mag ich Gelatine nicht so und habe noch nie damit gearbeitet. Bei mir gab es also nur Sauerrahm obendrauf. Den Koriander in der Suppe habe ich weggelassen, den mag ich gar nicht. Falls ihr ihn verwenden wollt: es kommen 15 g hinein.

Ich machte erstmal die halbe Menge, aber euch gebe ich hier mal die originale Menge für 4 Personen. Die Gewürze schmeckt man deutlich, wer also kein großer Gewürzfan ist, nimmt vielleicht lieber die Hälfte der angegebenen Menge. Und uns war die Suppe tatsächlich etwas zu süß, nächstes Mal würde ich mehr als die Hälfte des Apfelsafts durch leichte Gemüsebrühe ersetzen.

**Für 4 Personen:**

800 Erbsen (TK)  
80 ml Olivenöl  
Saft von 1 Zitrone  
500 ml Apfelsaft  
1 TL Kreuzkümmel  
 $\frac{1}{2}$  TL Fenchelsamen  
 $\frac{1}{4}$  TL Anis  
Samen aus 2 Kapseln Kardamom  
1 Prise Chiliflocken

**Garnitur:**

1 saurer Apfel  
200 g Erbsen  
100 g Sauerrahm  
Minze (nach Belieben)  
essbare Dekoblüten

Die Erbsen blanchieren (die Erbsen für die Einlage noch ein klein wenig weiterkochen).

Mit allen anderen Zutaten in einen Hochleistungs-Mixer geben und fein pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und kühl stellen.

Für die Einlage aus dem Apfel kleine Kugeln ausstechen oder das Fruchtfleisch in Würfelchen oder Stifte schneiden.

Die Suppe auf Schalen verteilen, Sauerrahm-Kleckse hineingeben und mit einem Stäbchen hindurchziehen. Dann die bissfesten Erbsen und die Apfelstücke hineinlegen und nach Belieben mit Minze und Dekoblüten garnieren.





Leider scheint ja diese Woche der Herbst richtig Einzug zu halten, aber ich hoffe, der Wetterbericht dramatisiert wie gewohnt und die Sonne kommt soweit durch, dass ihr beim Lesen eines kalten Suppenrezepts keine Gänsehaut bekommt.

Erstmal wünsche ich euch eine genussvolle Woche und grüße euch aus dem Urlaub – in Bayern. :)

Alles Liebe,

eure Judith