Paprika-Mais-Suppe mit Chorizo

mit Chorizo und Schmand

25 Minuten • 1897 kJ/453 kcal • Tag 5 kochen

301

ADD-ON

Gemüsebrühe

Frühlingszwiebel

Mais

Schmand

gelbe Paprika

Knoblauchzehe

Chorizo

Paprikapulver, geräuchert

Natürlicher Geschmack

- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

Gut im Haus zu haben

Wasser*, Öl*, Salz*, Pfeffer*

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Erhitze 500 ml Wasser im Wasserkocher.

Was Du benötigst

1 großen Topf mit Deckel, 1 Pürierstab und 1 kleine Pfanne

Zutaten 2 Personen

	2P
Gemüsebrühe **3)**	8 g
Frühlingszwiebel **DE** | **EG** | **IT**	1
Mais	1
Schmand **5)**	150 g
gelbe Paprika **NL** | **BE** | **ES**	1
Knoblauchzehe **ES**	1
Chorizo **5)**	60 g
Paprikapulver, geräuchert	1 g**
Wasser*, Öl*	Angaben im Text
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack

*Gut, im Haus zu haben
**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 560 g)
Brennwert	341 kJ/82 kcal	1897 kJ/453 kcal
Fett	5,23 g	29,07 g
– davon ges. Fettsäuren	1,30 g	7,22 g
Kohlenhydrate	3,69 g	20,52 g
– davon Zucker	2,50 g	13,88 g
Eiweiß	1,68 g	9,36 g
Salz	0,697 g	3,870 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: 3) Sellerie oder Sellerieerzeugnisse **5)** Milch oder Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose)

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: DE: Deutschland **EG:** Ägypten **IT:** Italien **NL:** Niederlande **BE:** Belgien **ES:** Spanien

2022-W09

1

Zu Beginn

Paprika halbieren, Kerngehäuse entfernen und **Paprikahälften** in Streifen schneiden.

Weißen und grünen Teil der **Frühlingszwiebel** getrennt voneinander in dünne Ringe schneiden.

Knoblauch abziehen und grob hacken.

2

Gemüse anbraten

In einem großen Topf 1 EL **Öl*** erhitzen. **Paprika**, **Knoblauch** und **weiße Frühlingszwiebelringe** zufügen und ca. 3 Min. anbraten.

3

Suppe kochen

Gemüse mit **Mais** samt Flüssigkeit, **Gemüsebrühpulver** und 500 ml **Wasser*** ablöschen und ca. 10 – 15 Min. zugedeckt köcheln lassen, bis die **Paprika** weich ist.

4

Chorizo braten

Chorizo in 0,5 cm kleine Würfel schneiden.

In einer kleinen Pfanne 1 EL **Öl*** erhitzen und **Chorizowürfel** bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. knusprig braten.

5

Suppe pürieren

Zwei Drittel des **Schmand**s zur **Suppe** geben und im Topf mit einem Pürierstab so fein wie möglich pürieren. Das kann ein paar Minuten dauern.

Tipp: *Wenn Du es richtig cremig haben möchtest, passiere die Suppe danach durch ein Sieb.*

Danach mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

6

Anrichten

Suppe auf Schüsseln verteilen.

Mit einem Klecks **Schmand** und **Chorizowürfeln** toppen. Mit **grünen Frühlingszwiebelringen** und geräuchertem **Paprikapulver** bestreuen.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:
Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!
http://www.hellofresh.de/freunde