

Haferwurzel

Man könnte ihn auch weisse Schwarzwurzel nennen.

Der Geschmack der Haferwurzeln ist dem der Schwarzwurzel sehr ähnlich, ist jedoch etwas süßer und aromatischer und erinnert an den Geschmack von Austern.

Die süßen Wurzeln sind vielseitig in der Küche verwendbar, nicht nur im Auflauf, als Gemüse oder Suppe, sondern zum Beispiel auch in einem winterlichen Salat.

Im Gegensatz zur Schwarzwurzel, muss man die Haferwurzel nicht unbedingt schälen, gründliches Putzen genügt.



Rezept Haferwurzelsuppe

Zutaten: 500 g Haferwurzel
etwas Zitronensaft
1 Zwiebel
1 Kartoffel mittelgross mehligkochend
1 EL Butter
800ml Gemüsebouillon
150ml Weisswein
200ml Sahne
Salz, Pfeffer
Schnittlauch

- Haferwurzeln waschen, klein schneiden und in Zitronenwasser geben (werden sonst gleich braun)
- Zwiebel schälen und würfeln
- Kartoffel schälen und in Würfel schneiden
- Butter in einem Topf erhitzen
- Zwiebeln zugeben und glasig dünsten
- Haferwurzeln und Kartoffeln zugeben und kurz mit andünsten
- mit Weißwein und Gemüsebouillon ablöschen
- 30 Min. zugedeckt köcheln lassen
- Sahne zur Suppe geben
- Suppe pürieren
- mit Salz und Pfeffer abschmecken
- Schnittlauch klein schneiden und die Suppe damit bestreuen