

## Lattich

Beim Lattich sind die inneren Blätter zarter, weil sie weniger Sonnenlicht erhalten. Dies erklärt auch ihre bleiche, goldgelbe Farbe. Um dies zu erreichen, wurden die Pflanzen früher zusammengebunden. Bei den neueren Sorten ist dies nicht mehr nötig, da sie bereits in dieser Form wachsen. Lattich ist kühl gelagert bis zu einer Woche haltbar. Zu verdanken hat er dies seinen festen Blättern, die auch für den leicht süsslichen Geschmack verantwortlich sind und dessen er besonders geschätzt wird. Er kann roh als Salat zubereitet oder auch als Gemüse gedünstet werden. Nach kurzem Blanchieren kann man ihn aber auch tiefkühlen. Er enthält die wichtigen Vitamine A und C.



## Lattichcremesuppe mit Schinkenstreifen

Rezept für vier Personen

**Zubereitungszeit:** 15 min

**Garzeit ca.:** 15 min

**Schwierigkeitsgrad:** leicht

### Zutaten:

350 g	Lattich
2	Schalotten
2 EL	Olivener Öl
ca. 600 ml	Gemüsefond
200 ml	Rahm
80 g	Kochschinken
	Salz
	Pfeffer, frisch gemahlen
	Chilipulver
	Muskat, frisch gerieben

### Zubereitung:

1. Den Lattich putzen (die äusseren harten Blätter entfernen), waschen und in Streifen schneiden.
2. Die Schalotten schälen und fein hacken. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Schalotten darin sanft andünsten. Den Lattich dazugeben und bei milder Hitze zusammenfallen lassen.

3. Den Gemüsefond dazugießen und aufkochen lassen, die Hitze reduzieren und ca. 5 Minuten sanft köcheln lassen. Den Topf von der Herdplatte ziehen, ein wenig Lattich als Einlage herausnehmen und den Rest mit einem Pürierstab fein oder etwas grob (nach Belieben) pürieren. Sollte die Suppe zu dick sein, dann nach Bedarf noch etwas Fond hinzufügen.
4. Den Rahm dazugießen, den Topf zurück auf die Herdplatte stellen und noch einmal alles kurz aufkochen lassen.
5. Den Schinken in feine Streifen schneiden und mit dem Lattich zurück in die Suppe geben. Heiss werden lassen. Mit Salz, Pfeffer, Chili und Muskatnuss kräftig abschmecken. Heiss servieren.

### Tipp:

Nach Belieben 1 – 2 EL frisch geriebenen Parmesan in die Suppe einrühren.