

# Gemüsesuppe mit Manchego

Eine leichte und gesunde Suppe mit Tomaten, Oliven und Käse

**Die leichte und gesunde Suppe kommt mediterran daher mit Strauchtomaten, Oliven, Fenchel und «Manchego curado». Sie weckt Sommergefühle im Frühling durch den Duft nach Mittelmeer mit Olivenöl und Thymian. Genau der richtige Sommerbote!**

Heimat des Manchegos ist die durch Cervantes Roman «Don Quijote» berühmt gewordene Landschaft La Mancha auf den Hochebenen von Neukastilien. Der Käse wird aus der Milch der genügsamen Manchega-Schafe hergestellt, die ihm sein charakteristisches, sehr ausgeprägtes Schafskäsearoma verleiht.

## WEINTIPP



Silvia Naegeli  
Weinfachberaterin  
Haag  
Tel. 081 740 31 03  
complimenti.com

Zur mediterranen Gemüsesuppe mit Manchego kommen zwei Weintypen in Frage: Entweder ein eher trockener Sherry oder sherryartiger Weisswein oder ein fruchtiger, vollmundiger Rosé.

**Weinempfehlung:** Rosé von Viñas del Vero 2005. Ein fruchtiger und kräftiger, aber eleganter Rosé, der eine Spur Tannine aufweist. Mit Cabernet Sauvignon und Tempranillo sind zwei hochwertige Traubensorten vertreten. Dieser geschmackvolle Rosé fordert die Gemüsesuppe mit Manchego buchstäblich heraus, die Kombination macht echte Frühlingstimmung.

**Rosé (Cabernet Sauvignon und Tempranillo) 2005 von Viñas del Vero, Saramonta, Spanien.**



**Weckt Sommergefühle:** Die Kombination von Tomaten, Oliven, Fenchel und Thymian ist mediterran.

Manchego kann sowohl aus pasteurisierter als auch aus Rohmilch hergestellt werden. Nur wenige Tage alter Manchego wird als fresco bezeichnet, wenige Wochen gereifter als semi-fresco und ein bis zwei Monate gereifter als tierno. Nach einer Reifezeit von zwei bis drei Monaten wird der Käse als semi curado oder medio curado bezeichnet. Manchego curado oder viejo ist drei bis sechs Monate gereift, ein Jahr alte Käse werden Manchego añejo genannt.

### Gemüsesuppe mit Manchego: Zutaten:

320 g Strauchtomaten, gehäutet  
Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker  
1 Fenchelknolle  
4 EL Olivenöl  
1 bis 2 Knoblauchzehen, geschält  
1 Thymianzweig  
1/8 l Weisswein  
1 l Geflügelfond  
80 g schwarze Oliven, grob gehackt  
40 g Schalottenwürfel  
1 Prise gemahlene Kurkumawurzel

120 g Manchego curado, gehobelt

### Zubereitung:

Das Tomatenfruchtfleisch achteln, Samen entfernen und beiseite stellen. Tomatenfleisch mit Salz, Pfeffer und Zucker bestreuen, ziehen lassen. Das Grün vom Fenchel abtrennen, beiseite legen und den geputzten Fenchel in 2 cm grosse Rauten schneiden.

2 EL Öl erhitzen, Fenchelabschnitte, Knoblauch und den Thymian darin anschwitzen. Wein und Fond zugießen, aufkochen. Die Tomatensamen zufügen, alles bei reduzierter Hitze 15 Minuten ziehen lassen. Die Brühe passieren.

Fenchelrauten, Oliven und Schalotten im restlichen Öl anschwitzen. Mit Kurkuma, Salz und Pfeffer würzen. Brühe zugießen, aufkochen und die Tomatenfilets einlegen. Die Suppe in Teller schöpfen, mit Fenchelgrün und Manchego bestreuen und servieren.

«Das Teubner Handbuch Käse. Käsekunde – Käselexikon – Käseerzichte».

## BUCHTIPP



### «Seidene Küsse»

«Seidene Küsse» – ein Kurzgeschichten-Band mit hoherotischen Storys, die Lust auf mehr machen. Die beiden Münchner Autorinnen Aveleen Avidé und Jasmin Leheta haben es raus, wie man Erotik in schöne, sinnlich wohlklingende Worte kleidet, und dabei gleitet die Sprache auch bei den erotischen Szenen niemals ins Ordinäre ab. Geschichten, so heiss wie ein tropischer Sommer.

Die Autorinnen erzählen beispielsweise von einem verwechselten Liebhaber im Heu, einem Zufalls-Callgirl oder einem prickelnden Abenteuer auf dem Oktoberfest. 19 Geschichten, gekonnt erzählt, mal zart und sanft – mal sehr direkt. Ein Buch, das zum gegenseitigen Vorlesen bestens geeignet ist; das Frauen und Männern gleichermaßen gefallen wird.

«Seidene Küsse» von Aveleen Avidé und Jasmin Leheta. Erschienen im Heyne-Verlag.

## CD-TIPP



### «Fornika»

Einmal Hip-Hop, immer Hip-Hop, das kann auf Dauer ganz schön langweilig werden, sagten sich wohl die Die Fantastischen Vier. Das neue Album «Fornika» kommt fast ohne die charakteristischen Samples aus, beschwört auf vielen der 13 Stücke den Synthi-Pop der 80er. Klar, es wird weiterhin auf Deutsch gerappt, aber auch hier regiert das Spiel mit Melodie und Chor, und statt Nonsense-Reimen oftmals Doppelsinniges und Lakonisches.

Als Kontrast zum Text zu «Mehr nehmen» über die Nimmersatt-Gesellschaft, meldet sich auf «Ernten was wir säen» der Zukurzgekommene zu Wort. Überraschenderweise mischt hier in den Gesangslinien die Münchner Freiheit mit. Als Hintergrundstimme für das Liebeslied «Einfach sein» konnten Fanta 4 sogar Herbert Grönemeyer gewinnen.

«Fornika» von den Fantastischen Vier. Erschienen bei Sony BMG.