



Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Maissuppe - Corn Chowder

Ich freue mich jedes Jahr, wenn die Saison für frischen Mais beginnt. Es steht ja in vielen meiner Bekennerschreiben (andere nennen es Rezepte) – ich liebe Rohkost. Mein Sohn auch. Wenn wir kochen, müssen wir immer mehr einplanen, da wir eine Tendenz haben, einen Teil des zuzubereitenden Gemüses roh zu verschlingen. Und zu unseren persönlichen Lieblings-Snacks gehört rohes Gemüse mit Dip oder auch ohne. Im Frühjahr schleichen wir um die Auslage unseres Gemüsehändlers, bis wir die ersten Erbsen entdecken und essen dann einen ganzen Sack, freundlich geteilt, wie Popcorn, einfach aus der Schale gepult. Und im Spätsommer tragen wir jubelnd den ersten frischen Süßmais nach Hause und nagen ihn roh vom Kolben.



Mais gehört überhaupt zu den Lieblingsgemüsen im Hause Mohr. Außerhalb der Saison bevorzugt TK. Aber unser Sohn wurde schon dabei beobachtet, dass er ein Glas Mais löffelten, anstatt Chips oder Schokolade. Nun – ich bekenne mich schuldig ein schlechter Gemüse-Einfluss in seiner Erziehung gewesen zu sein.... -)

Dieses Rezept machen wir gerade im Herbst und Winter oft. Es ist eine dicke Eintopf-Suppe. Und es feiert den Mais. Ein Chowder stammt aus den USA. Ursprünglich bezeichnete man damit dicke Seafood Eintöpfe, heute ist es ein Sammelbegriff für alle dicken, sahnig-cremigen Eintöpfe. Ich koche ihn seit jeher schon mit vollfetter Kokosmilch und finde, dass das gut hinkommt. Bei dem Knoblauch dürft ihr selbst entscheiden. Von weg lassen bis 5 Zehen ist alles erlaubt.

Ich lege euch ans Herz, frischen Mais zu verwenden, so lange er Saison hat. Falls ihr noch nie frischen Mais verwendet habt – es ist denkbar einfach. Ich stelle den Kolben in einer größeren Schüssel aufrecht hin. In einer Schüssel, da die Maiskörner gerne wegspritzen und man sich so das Aufklauben spart. Ein scharfes Messer oben an der Spitze ansetzen und nun so nah wie möglich am Kolben entlang die Körner nach unten hin abschneiden. Man spürt den härteren Widerstand, wo der Kolben beginnt. Rundherum braucht man so 4 – 5 Schnitte, um allen Mais abzuschneiden. Nascht mal vom rohen Mais – ihr werdet begeistert sein. -)

Zu Hause gehe ich am Ende des Kochens einfach ein, zwei Mal mit dem Pürierstab in die Suppe. Damit püriere ich einen kleinen Teil des Maises und die Suppe wird cremiger und dicker. Im Garten haben wir keinen Strom, daher ist die Suppe auf dem Bild etwas „dünn“.



Zutaten etwa 4 Portionen

5 Maiskolben oder ca 600-800 g Mais

1 dicke Gemüsezwiebel

1 l Kokosmilch

Salz

Knoblauch nach Geschmack

1. Den Mais vom Kolben schneiden. Die Zwiebel fein würfeln.
2. Zwiebel in Rapsöl glasig dünsten, dann den Mais zugeben und mit der Kokosmilch aufgießen. Der Mais sollte gut bedeckt sein und etwas schwimmen. Ggf. etwas Wasser zugeben. Salzen und gute 20 Minuten kochen.
3. Nach Wunsch frischen Knoblauch dazu pressen, mit Salz abschmecken. Falls gewünscht mit dem Pürierstab einen Teil der Suppe pürieren. Aber es soll eine eher stückige Suppe sein.

