

Vegane Erbsensuppe

Erbsensuppe macht herrlich satt. Ein wichtiger Geschmacksträger ist geräuchertes Schweinefleisch in Wurst- oder Speckform. Unsere Suppe kommt aber ganz ohne aus: Sie wird mit Rauchsalz gewürzt und als i-Tüpfelchen mit veganem Speck serviert.



Portionen: 2

Vorbereitung: 15 min

Zubereitung: 1 h 30 min

Zeit gesamt: 1 h 45 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Zutaten für die vegane Erbsensuppe:

- 1 große Möhre
- ½ Lauchstange
- ¼ Knollensellerie
- 1 EL Sonnenblumenöl
- 250 g gelbe Schälerbsen
- 1 l Gemüsebrühe
- Salz
- Rauchsalz
- Pfeffer
- 1 TL getrockneter Liebstöckel
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Pimentkörner
- 200 g Kartoffeln

Zutaten für den veganen „Speck“:

- 2 EL Sonnenblumenöl
- 3 EL dunkle Sojasoße
- 1 TL Rübenkraut
- 2 EL Hefeflocken
- ¼ TL geräuchertes Paprikapulver
- ¼ TL Pfeffer
- 4 Blätter Reispapier

Besondere Utensilien:

- Stabmixer

Zubereitung:

- **Für die vegane Erbsensuppe** die Möhre schälen und fein würfeln.
- Dunkelgrüne Teile und Wurzelansätze der Lauchstange abschneiden und den Lauch in feine Halbringe schneiden.
- Den Knollensellerie schälen und fein würfeln.
- Das Sonnenblumenöl in einem Topf erhitzen und das vorbereitete Gemüse darin unter Rühren anschwitzen.
- Erbsen abspülen und hinzufügen.
- Mit der Gemüsebrühe aufgießen, mit Salz, Rauchsatz, Pfeffer, Liebstöckel, Lorbeer und Piment würzen, aufkochen und bei aufgelegtem Deckel und mittlerer Hitze eine Stunde köcheln lassen.
- In der Zwischenzeit die Kartoffeln schälen und in Würfel von etwa einem Zentimeter schneiden.
- Kartoffelwürfel zur Suppe hinzufügen und weitere 30 Minuten kochen.
- In der Zwischenzeit **für den veganen „Speck“** den Backofen auf 200 °C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.
- Eine Schüssel, in die die Reispapierblätter passen, mit etwas Wasser füllen.
- Sonnenblumenöl, Sojasoße, Rübenkraut, Hefeflocken, Paprikapulver und Pfeffer verrühren. **Tipp:** Löst sich das Rübenkraut nicht, hilft es, die Mischung leicht zu erwärmen.
- Jeweils zwei Blätter Reispapier aufeinander legen und für jeweils 30 Sekunden in das Wasser tauchen, dann in etwa drei Zentimeter breite Streifen schneiden.
- Auf dem Backblech verteilen und großzügig mit der Marinade bepinseln.
- Einmal wenden und die zweite Seite mit der Marinade bestreichen.
- Im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene backen, bis der vegane „Speck“ knusprig ist, etwa 4-5 Minuten. **Tipp:** Die veganen Speckstreifen verbrennen leicht, darum sollte man sie im Auge behalten.
- Aus dem Ofen nehmen und auf einen Kuchenrost legen.
- Erbsensuppe vom Herd nehmen, Lorbeer und Piment entfernen und etwa ein Drittel der Suppe grob pürieren.

- Falls nötig noch etwas Wasser angießen, nochmals abschmecken, in Teller füllen und mit dem veganen „Speck“ servieren. Dazu schmeckt Bauernbrot mit veganer Butter – **Mahlzeit!**