



VICHYSOISE (LAUCH-KARTOFFEL-SUPPE)

Kennt ihr die „Vichyssoise“?

Das ist eine **Lauch** oder **Porree Suppe mit Kartoffeln**. Lustigerweise wurde ich in letzter Zeit so oft nach diesem Rezept gefragt, dass ich es einfach mal für den Blog schreiben musste.

Nun zur kleinen Geschichte der Vichyssoise:

Die Frage nach „Vichyssoise“ hat mich überrascht. Ich wusste schon, dass es eine „Lauchsuppe“ ist, mit einem **elegantem Namen**. Aber in meinem Kopf war es nichts Besonderes. Meine deutschen Leser, die es unbedingt nachkochen wollten, hatten ein köstliches exquisites Rezept im Kopf!

Also, da muss ich was sagen: Es ist eine **ganz einfache Lauch-Kartoffel-Suppe mit Crème fraîche**. Und das Lustige ist, dass das meine **Lieblingssuppe** war, als ich klein war. Meine Mama hat sie im Winter fast **einmal die Woche gekocht**.

Ich fand das so lustig, dass ich meine Mama anrief, um sie zu fragen, wie sie diese Suppe nenne: „Natürlich, das ist eine **Kartoffel-Lauch-Suppe!** Ich brauche keine eleganten Namen, um sie zu kochen!„

Um es richtig zu erklären, **Vichyssoise** ist ein schöner Name für eine **klassische französische Suppe** (die **jede Hausfrau kocht**).

In der **amerikanischen** Version wird nur das **Weiß des Lauchs** verwendet und die Suppe **lauwarm** oder sogar **kalt** serviert.

In **Frankreich** ist diese Suppe ein echter Klassiker der **Hausmannskost** und wird auch „**Potage Bonne Femme**“ (Hausfrau Suppe) genannt. Dafür wird den ganzen Lauch verwendet und die Suppe warm serviert.

Aber ihr und ich können jetzt angeben und es als „**Vichyssoise**“ präsentieren, um eure Gäste zu beeindrucken. Und bei der Aussprache bitte das „**OI**“ mit viel „**A**“ sprechen, damit es noch „**französischer**“ klingt.

Tipps für ein leckere Vichyssoise / Lauch-Kartoffel-Suppe oder noch „Hausfrau Suppe“:

Welcher Porree nimmt man für eine Vichyssoise?

Das hängt von eurem Geschmack ab. Wenn ihr den grünen Lauch für ein anderes Rezept braucht, könnt ihr nur das Weiß nehmen, wie im amerikanischen Rezept.

In **Frankreich** kocht man **den ganzen Lauch**.

Soll man die Zwiebeln anbraten?

Ja, das ist für mich einer der Geheimitipp in der Lauchsuppe, um der Suppe eine kleine Süße zu geben. Wenn

man die Zwiebeln mit Butter leicht glasig dünsten lässt, bekommt man zusammen mit der **Nussbutter** und der Zwiebel auch **eine leckere süße Note**.

Meine Suppe braucht zu lange zum Kochen? Was kann ich tun?

Um die Kochzeit zu verkürzen, einfach die **Kartoffeln in dünnere Scheiben schneiden**. Je feiner die Scheiben, **desto kürzer die Kochzeit!**

Welchen Fond kann ich für die Suppe verwenden?

Ich mag **Geflügelfond** oder **Kalbsfond**. Nehmt einfach, was ihr zu Hause habt. Selbstgemachter Fond ist immer besser, aber bedenkt, dass es sich um ein Alltagsrezept handelt und die Franzosen gerne zu Fertigfond (Sahne, flüssig oder Würfel) greifen. Macht euch das Leben nicht noch schwerer!

Welche Creme ist die beste für die Vichyssoise?

Meine Mama (und ich) geben immer **Crème fraîche** in die Suppe. Je fester und cremiger sie ist, desto besser. Dieses Mal habe ich 2-3 große Esslöffel Crème fraîche d'**Isigny** genommen, und es war göttlich! Man kann auch **Sahne** in die Suppe geben, aber es ist nicht wichtig, dass man sie kurz vor dem Servieren in die Suppe gibt.

Kann man die Vichyssoise lange im Voraus zubereiten?

Die fertige Vichyssoise **kann nicht** oder nur **sehr vorsichtig** erwärmt werden, da sie mit **Crème fraîche** vermischt wurde.

Es gibt **2 Möglichkeiten**:

- Man bereitet die Suppe bis zur Stufe „fein pürieren“ (ohne Sahne) zu und stellt sie dann kalt – oder friert sie ein.
- Die Suppe kann dann kurz vor dem Servieren erwärmt und mit Crème fraîche verfeinert werden. Man kann die Suppe auch mit Sahne oder **Schlagsahne** verfeinern. In diesem Fall kann man die Suppe nochmals erhitzen, kalt stellen oder sogar einfrieren.

Kann man einen Schuss Weißwein in die Suppe geben?

Ja, man kann die Zwiebel andünsten und mit einem guten **Schuss Weißwein (z.B. Chablis)** ablöschen.

Und jetzt kommt das einfache Rezept.

Zutaten für Vichyssoise für 4-5 Personen:

2 Porree (450 g), 400 g Kartoffeln, 20 g Butter, 1 Zwiebel, 1 TL Bouquet garni, 1 TL Geflügelfond (oder 250 ml frischer Fond), 100 bis 150 g Crème fraîche d'Isigny für mich (40% Fett), Muskatnuss, schwarzer Pfeffer.

1- In einer großen Kasserolle Butter schmelzen und darin die in Scheiben geschnittene Zwiebeln braten. Die Kartoffeln schälen, in Stückchen schneiden und in die Kasserolle mit geben.

2- Den Lauch anschneiden, waschen, putzen und in Scheiben schneiden. In die Kasserolle geben.

3- In die Kasserolle kommt noch 1 TL Bouquet Garni, Pfeffer, 1 TL Fond (oder 1 Würfel). Das Ganze mit Wasser abdecken und köcheln, bis die Kartoffeln gar sind. (ungefähr 30 bis 35 Minuten). Die Suppe jetzt pürieren.

4- Die Suppe wird jetzt veredelt, mit leckerer Crème fraîche von Isigny (für mich) und einer Prise Muskatnuss. Je nach Geschmack kann man noch ein bisschen Salz dazu geben. Ich habe aber keins dazu gegeben. Schön rühren.

Zum Servieren werden in viele Fotos ein Suppenteller mit Schnittlauch präsentiert. In Frankreich geben wir aber eher weniger Schnittlauch auf die Suppe, sondern viel mehr Petersilie.

Et voilà!

Soooo lecker und cremig.... genau wie in meiner Kindheit!

Ich kann euch nur empfehlen dieses Suppenrezept zu testen, ob kalt oder warm, ihr werdet es lieben ?

BISOUS und Bon Appétit

Hat es dir und deinen Gästen geschmeckt? Dann gib die Quelle gern weiter.

Dieses Gericht stammt aus einem Rezept von
Aurélie Bastian
www.franzoesischkochen.de