Knoblauchsuppe
Sarmisak Çorbası

Sarmısak Çorbası ist eine türkische Knoblauchsuppe, die für ihren intensiven Geschmack und ihre gesundheitlichen Vorteile bekannt ist. Die Hauptzutaten sind Knoblauch, Zwiebeln, Butter, Mehl, Milch oder Sahne und Gewürze wie Salz und Pfeffer. Manchmal wird auch Hühnerbrühe hinzugefügt, um den Geschmack zu verstärken.
Die Zubereitung ist relativ einfach. Der Knoblauch und die Zwiebeln werden in Butter angebraten, dann wird Mehl hinzugefügt und weiter gerührt. Anschließend werden Milch oder Sahne und Brühe hinzugefügt und die Suppe wird gekocht, bis sie eine cremige Konsistenz erreicht.

Herkunft: Türkei
Kategorie: Vorspeisen, Suppen

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

30 g Butter
4 Zehen(n) Knoblauch
1 TL Salz
2 Zwiebel(n)
30 g Weizenmehl
500 ml Fleischbrühe
1 Zitrone(n) ausgepresst
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
1 Prise Cayennepfeffer
2 EL Honig
3 EL Mandelblättchen
1 EL Olivenöl
1 Zweig(e) Petersilie

Vorbereitung

Den Knoblauch schälen und reiben. Die Butter in einem Topf erhitzen und die mit Salz zerriebenen Knoblauchzehen darin andünsten. Die Zwiebeln fein hacken und ins Knoblauchfett geben und andünsten. Die Petersilie waschen, abtupfen und hacken.

Zubereitung

Die Zwiebeln mit der Gemüse- oder Fleischbrühe auffüllen und alles gut verrühren. Die Suppe bei mäßiger Hitze 10 bis 15 Minuten köcheln lassen. Anschließend die Knoblauchsuppe mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer kräftig würzen und mit Honig süßen. Die Knoblauchsuppe von der Kochstelle nehmen. Die Mandelblättchen in etwas Olivenöl goldgelb rösten und mit der Petersilie vermischen. Die Knoblauchsuppe nochmals abschmecken und mit der Mandel- / Petersilienmischung bestreut servieren. Die Knoblauchsuppe mit Mehl binden, klein geschnittene Fleischreste hinzugeben.

© 2026 coquina.de