

## Kochen

Rezept von Martin Gehrlein aus der Sendung Kaffee oder Tee vom 16.12.2025

### Sauerkrautsuppe mit Chorizochips

Für 4 Personen

#### Zutaten

2 Zwiebeln, rot  
1 Knoblauchzehe  
4 Kartoffeln, vorwiegend festkochend  
2 Karotten  
500 g Sauerkraut, frisch oder aus der Dose  
120 g Chorizo oder Cabanossi  
2 EL Rapsöl  
1 EL Tomatenmark  
800 ml Gemüsebrühe  
200 ml Apfelsaft  
3 Wacholderbeeren  
etwas Salz  
etwas Pfeffer  
etwas Paprikapulver  
100 g Sahne  
0,5 Bund Petersilie

#### Zubereitung

1. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Kartoffeln und Karotten schälen, abbrausen und kleinschneiden. Sauerkraut mit einer Gabel zerzupfen. Chorizo oder Cabanossi in Scheiben schneiden.
2. In einem Topf 1 EL Öl erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig andünsten.
3. Kartoffeln, Karotten und Tomatenmark unterrühren und kurz anrösten.
4. Gemüsebrühe, Apfelsaft, Wacholderbeeren und Sauerkraut zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Alles kurz aufkochen lassen, Temperatur herunterschalten und ca. 20 Minuten köcheln lassen.
5. Inzwischen etwa die Hälfte der Chorizoscheiben im übrigen Öl knusprig braten alternativ in der Heißluftfritteuse zubereiten). Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Übrige Wurstscheiben ca. 5-6 Minuten vor Garzeitende in die Suppe geben und erhitzen.
6. Sahne unter die Suppe rühren und erneut abschmecken. Petersilie abbrausen, trocknen und fein schneiden.
7. Suppe mit Petersilie und Chorizochips anrichten und servieren. Dazu passen Roggenbrötchen.

#### Das Video zum Rezept finden Sie hier:

<https://www.swr.de/video/sendungen-a-z/kaffee-oder-tee/rezept-sauerkrautsuppe-mit-chorizochips-100.html>

**Bitte beachten Sie das unsere Videos eine Sichtbarkeit von 2 Jahren haben und nach Ablauf der Frist nicht mehr zu finden sind.**