



Καστανόσουπα βελουτέ με αμυδαλοβούτυρο & τραγανό crumble

Μερίδες: 4 **Χρόνος προετοιμασίας:** 15 λεπτά **Χρόνος ψησίματος:** 35-40 λεπτά

Φυλάσσουμε το crumble αεροστεγώς κλεισμένο για 4-5 εβδομάδες.

Φυλάσσουμε την σούπα στο ψυγείο για 2 μέρες.

Υλικά για το crumble:

50 γρ. Αμυδαλοβούτυρο WILD SOULS

2 κ.σ. ελαιόλαδο

½ κ.γλ. ξερό θυμάρι

½ κ.γλ. ξερή ρίγανη

180 γρ. νιφάδες βρώμης

20 γρ. ηλιόσποροι, ωμοί

20 γρ. κολοκυθόσποροι, ωμοί

½ κ.γλ. αλάτι

φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Υλικά για τη σούπα:

1 μεγάλο λευκό κρεμμύδι, χοντροκομμένο

1 πράσο, σε φέτες

1 μέτριο καρότο, σε φέτες

3 μέτριες πατάτες, σε μέτριους κύβους

400 γρ. κάστανα, βρασμένα και καθαρισμένα

1 σκελίδα σκόρδο, τριμμένη

¼ κ.γλ. μοσχοκάρυδο, φρεσκοτριμμένο

1 λίτρο καυτό ζωμό λαχανικών ή νερό

1 φύλλο δάφνης

45 γρ. Αμυδαλοβούτυρο WILD SOULS

ελαιόλαδο

αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Εκτέλεση :



- 1) Ξεκινάμε με το crumble. Βάζουμε σε κατσαρόλα το [Αμυγδαλοβούτυρο WILD SOULS](#) μαζί με το ελαιόλαδο, τα μυρωδικά, το αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι και ζεσταίνουμε σε χαμηλή φωτιά να ομογενοποιηθούν, ανακατεύοντας.
- 2) Αποσύρουμε από τη φωτιά και προσθέτουμε τη βρώμη, τους ηλιόσπορους και τους κολοκυθόσπορους και ανακατεύουμε απαλά να καλυφθούν από το μείγμα.
- 3) Μεταφέρουμε το μείγμα σε ταψί περασμένο με λαδόκολλα απλώνοντας το καλά και ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 170°C στον αέρα για 10 λεπτά, ανακατεύουμε μία φορά και συνεχίζουμε το ψήσιμο για άλλα 10-15 λεπτά μέχρι να χρυσίσει το crumble. Αφήνουμε να κρυώσει σε θερμοκρασία δωματίου.
- 4) Παράλληλα ετοιμάζουμε τη σούπα. Σε κατσαρόλα ζεσταίνουμε 3-4 κ.σ. ελαιόλαδο και σοτάρουμε το κρεμμύδι και το πράσο σε μέτρια φωτιά, για 6-8 λεπτά. Προσθέτουμε το καρότο, τις πατάτες, τα κάστανα, αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι και σοτάρουμε για 2-3 λεπτά.
- 5) Προσθέτουμε το σκόρδο και το μοσχοκάρυδο, σοτάρουμε για 1 λεπτό και περιχύνουμε με τον ζωμό ή το νερό και το φύλλο δάφνης. Μόλις πάρει βράση χαμηλώνουμε τη φωτιά, μισοκαλύπτουμε με καπάκι και αφήνουμε τη σούπα να σιγομαγειρευτεί για 20-25 λεπτά.
- 6) Αποσύρουμε από τη φωτιά, αφαιρούμε τη δάφνη, προσθέτουμε το [Αμυγδαλοβούτυρο WILD SOULS](#) και πολτοποιούμε καλά με ραβδομπλέντερ, προσθέτοντας αν χρειάζεται λίγο νερό. Δοκιμάζουμε και προσαρμόζουμε αν χρειάζεται το αλατοπίπερο.
- 7) Σερβίρουμε τη σούπα ζεστή, πασπαλισμένη με crumble.