

---

# Blumenkohlcremsüppchen

---

---

## Zutaten für 4 Portionen:

---

- 500 g Karfiol (Blumenkohl)
- 70 g Lauch
- 25 g Öl (Oliven)
- 1-2 gestrichene TL Currypulver
- 800 ml Gemüsebrühe (1 Würfel)
- Salz
- Pfeffer
- Evtl. Sojasahne oder Sojamilch (Decko)
- Einige Pistazien (Decko)

---

## Zubereitung:

---

Den Karfiol putzen und in kleine Röschen teilen.

Öl in einer Pfanne erhitzen, Curry dazugeben und ganz kurz anbraten, Karfiol und Lauch dazugeben, umrühren. Mit der Gemüsebrühe aufgießen und den Karfiol weich kochen.

Einige Röschen herausnehmen (Decko). Die Suppe mit dem Pürierstab mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Etwas Sojasahne aufschlagen oder Sojamilch aufschäumen. Suppe anrichten. Weißes Häufchen draufsetzen und mit den restlichen Karfiolröschen und den klein geschnittenen Pistazien dekorieren.



Rezept von Christine Messner